Viorela Strat
Control şi Revoltă

Aranjarea unui puzzle personal
Comedia unei terapii

Bucureşti, 2016

Capitolul I. De ce?

Pentru că făceam cum nu trebuie.

Mi se spunea că eram brânză bună în burduf de câine. Mă foloseam de această atribuire pentru a-mi vedea de rele. Lasă că merge şi aşa.

Mă voi strădui şi eu cândva.

În adâncul meu am simţit dintotdeauna că va exista un moment când mă voi apuca serios de treabă. Adică mă voi controla să fac normal şi să acumulez lucruri respectabile. Ca un om aşezat.

Dincolo de trecutul şi obişnuinţele mele ciudate.

Pe când aveam doi ani vecinii au venit să îmi atenţioneze părinţii. Erau speriaţi şi totodată contrariaţi. Căci noapte de noapte auzeau izbiturile ritmice ale pătuţului meu de zid.

„Copilul dumneavoastră se bâţâie”.

Părinţilor mei nu le vine să creadă. Dar purced în a mă spiona. E adevărat ce spun vecinii. Începeam să mă bâţâi de mama focului odată ce se lăsa liniştea în casă, cam după ora 12 noaptea.

Au încercat să intervină. Degeaba. Lucrurile se agravează. Încep să mă bâţâi şi ziua, de faţă cu dânşii.

Toată lumea încearcă să mă convingă să încetez. Taman bine. Primesc şi mai multă atenţie. Simt că exist atunci când sunt băgată în seamă.

Încep să îmi miros şi mâna. Chiar şi pernuţa. Uneori pe cei din jur. Nimic nu mă convinge să renunţ la obicei. Toţi încearcă cu disperare să mă facă „să nu mai duc mânuţa la gură”.

Eu ador mirosurile. Mă fascinează lumea olfactivă. Îmi plac enorm mirosurile părinţilor, aş vrea să le simt cu mine pentru totdeauna.

Renunţ la a mă „bate cu spatele” de zăbrelele acoperite cu o pătură ale pătuţului. Canapeaua moale din sufragerie îmi permite o zgâlţâială mai energică şi totodată mai plăcută. În dreapta canapelei e o oglindă. Încep să mă uit în ea în timp ce mă zdruncin.

Îmi contemplu admirativ propria imagine. Mai ales faţa, căci corpul se mişcă relativ repetitiv şi ameţitor.

Încep să visez cu ochii deschişi. Îmi derulez fel şi fel de scenarii în minte, având ochii aţintiţi la oglindirea mea. Le mai opresc, mă mai admir şi tot aşa, du-te-vino.

Învăţ să folosesc şi casetofonul. Am câteva melodii preferate pe care le ascult obsesiv în timp ce mă zbucium cu spatele de canapea şi mă uit în oglindă.

În rest fac tărăboi şi debandadă. Mai sunt şi foarte curioasă. Vreau să mă implic în treburile casnice. Mai şi observ. Pricep repede şi fac în ciudă. Nu vreau să stau cuminte şi să fac pe educata.

Îmi dau seama că îmi place agitaţia. Mi se şi spune că sunt un diavol neastâmpărat. Îmi sunt valorizate ghiduşiile şi giumbuşlucurile. De aia le duc la extrem uneori.

Dorm puţin. Mă culc târziu, mă trezesc devreme şi somnul de la prânz este o imposibilitate.

Intru la şcoală. Mi se reproşează că sunt neatentă. Încep să detest intelectualii. Deşi toată lumea zice că sunt inteligentă.

Revolta mea devine şi mai mare. La ore sunt mai mult absentă. Mă absorb scenariile din mintea mea.

Împlinesc nouă ani şi mă mai pricopsesc cu un tic. Mi se schimă textura pielii. E mai aspră şi îmi apar noi fire de păr. Descopăr că am o senzaţie divină când ating repetitiv

cu câte un deget mini-asperităţile ce îmi apar când şi când pe braţe. Mi se atrage atrage atenţia că nu e bine să îmi mângâi mâinile atât sau să îmi zgândăresc bubele. De aia nu mai pot eu. Oricum o fac din an în paşte, zgârmănatul zgaibelor e un obicei sezonier.

Îmi place mirosul de tutun. Printre cele mai preţuite mirosuri se află izul de piele expusă la soare şi odorul de tutun. Tata fumează. La 10 ani trag un fum dintr-o ţigară aprinsă uitată în scrumieră. Mă înec, mi se face frică.

Curând tata se îmbolnăveşte. E nasol, primesc şi mai puţină atenţie ca înainte. Toată lumea e preocupată de boleşniţa lui.

Se face bine. Se îmbolnăveşte iar. Iar se face bine şi tot aşa. Joacă alba-neagra cu boala. Cum joc şi eu cu bâţâiala.

Viaţa socială mi se pare un mister şi o provocare. Nu am prieteni. La 14 ani decid să mă fac socială. Tre' să îndur tare multe plictiseli ca să obţin în cele din urmă atenţia. Încep să mă obişnuiesc cu oamenii de vârsta mea.

Îmi fac şi un gagic nătăfleţ din cartier. Familia mea îl porecleşte „căcălău". Mă lasă să-l miros cât poftesc.

Dar mă judecă, că-s ciudată.

La 15 ani mă apuc de fumat.

Liceul e oribil. Nu învăţ mai nimic. Noroc că reţin informaţiile dacă sunt atentă la ore.

Dar măcar am un grup, sunt un animal social. Mă ataşez de câţiva oameni şi îndur cu dârzenie mişţourile şi reproşurile. Îi şi sabotez când şi când. Gagicul mă scoate din minţi căci mă vrea cuminte, educată şi îmi interzice să fumez. Fiecare pasăre pe limba ei piere. Nimeni nu-mi spune mie ce să fac.

La 17 ani încep să şi beau. Vodca e cea mai tare. Rezist bine şi mult. Am şi eu un titlu de glorie în ceva, că-s titan al alcoolului. Gagicul e ambivalent, mai bea şi el cu mine în timp ce mă critică că beau ca un bărbat. E sărac cu duhul, dar altul n-am. Îmi place ca lumea să ştie că am un gagic. Dă bine. Încerc să mă apropii de diverşi. Însă fug

de spiritul meu năvalnic şi ciudăţeniile mele.

Mă strecor printre cerinţele educaţionale şi sociale, obţinându-mi satisfacţiile cele mai mari din bâţâială şi reverii.

Vine clasa a 12-a. Familia decide să fac meditaţii la filozofie ca să intru la facultatea de ştiinţe politice. Eu nu am nici cel mai mic gând să mă dau pe universitate.

Dar filosofia e tare. Pricep instant. Numai că nu-mi fac temele. Tata se îmbolnăveşte iar.

Banii familiei se împuţinează. E o atmosferă rea. Mă îndârjesc să învăţ ca un catâr. O las moale de tot cu bâţâiala şi fanteziile.

Mă pun cu burta pe carte mai rău ca niciodată. Mai cu seamă că mă ataşez de meditatoare şi colegi. Îi simt că mă susţin şi motivează.

Iau cea mai mare notă la admitere. Sunt 14 pe loc.

Anul întâi de facultate mă înciudează. Nu mai e atmosfera prietenoasă de la meditaţii. Am zeci de colegi. Care mai de care mai zbir în a-şi demonstra cultura generală şi limbajul savant. Şi în pauze vorbesc tot despre concepe şi idei din cărţi. Eu n-am cultură generală.

Percep că nu pot să mă ridic la nivelul lor. Şi nici nu văd cum m-aş putea apropia de ei. Tot ce îi preocupă e să îşi arate intelectualismul şi informaţiile acumulate. Spiritul critic mimat din cărţi e la el acasă. Nu resimt pic de susţinere şi umanitate.

Mă afund în scenariile mele imaginare şi bâţâială. E mai simplu decât să citesc ca nebuna de una singură.

Mai ales că atenţia mea e un dezastru în lipsa unui mediu prietenos de învăţare.

Viaţa reală e cam fadă.

Noroc cu ieşirile pe care le fac cu prietenii mei din liceu. Dansul şi băutura sunt intense. Mă simt şi eu bună la ceva, cum zice mama, la a fi „stâlp de baruri şi cafenele”.

Totuşi nu mă regăsesc total nici în preocupările acestea. Se pune prea mult accent pe aparenţe şi intrigi.

Rămân prietenă cu un coleg de clasă care-i intelectual sadea. Merg cu el pe la concerte de muzică clasică şi disecăm cinic umanitatea. Păcat că n-are abilităţi sociale. Şi se mai şi supără pe mine când îi zic că poate să şi le dezvolte, aşa cum am făcut şi eu. Oricum pleacă din ţară.

Într-o seară, sub aburii alcoolului, eu şi o prietenă ne băgăm în seamă cu barmanul din clubul nostru preferat. Constat că are aceiaşi zi de naştere cu a mea. E şi el la facultate. Facem schimb de numere de telefon.

A doua zi îmi trece euforia şi interesul de a mă vedea cu dânsul.

Dar individul nu se lasă. Mă sună constant timp de patru luni. Degeaba, nu vreau să mă văd cu un străin despre care nu ştiu nimic.

Până când într-o zi dăm nas în nas la metrou. Am o revelaţie. Omul e hazos şi dintr-o bucată. Se contopeşte cu felul meu de a trăi momentul.

Suntem nedespărţiţi. Viaţa devine intensă, pot să experimentez cu el tot ce-mi trece prin cap. E o noutate să nu fiu judecată pentru ciudăţeniile mele. Încep să prind încredere în mine şi felul meu de a percepe lumea. Aş vrea să mă las de bâţâială dar nu pot.

Îmi zic că poate îmi va veni de hac vara şi faptul că voi munci pe litoral la hotelul unchiului meu. Mai ales că tizul meu de naştere avea să trudească şi dânsul tot prin zonă.

Degeaba. Mă întorc bronzată, cu bani şi cu poftă mare de bâţâială.

Sunt mai încrezătoare în toate. Îmi dovedisem că am abilităţi sociale şi rezistenţă. Fusesem chelnăriţă. Aveam un program cu 18 ore muncă şnur. Apoi 36 de ore libere. Fix după muncă mă duceam în clubul unde lucra prietenul. Trăgeam o beţie straşnică. Apoi mergeam direct pe plajă. Şi mă culcam abia seara, ca să am zvâc să o iau de la început. Vin şi prietenii să stea pe la mine cât lucrez.

Împlinesc 20 de ani. Sunt mulţumită că mi-am învins

limita socializării defectuoase. La facultate încep să mă împrietenesc cu ăi mai puţin intelectuali. E bine, mă simt acceptată şi preţuită.

Încep să-mi zic că se apropie momentul normalizării mele. Adică să scap de bâţâială, să învăţ şi pe urmă să mă angajez.

La nici două luni după ziua mea, moare tata. E nasol. Dar nu de neîndurat. Oricum se chinuia paralizat de aproape doi ani. Mama îmi dă pe nedrept un anxiolitic. Nu-mi face nimic, e tot aia.

Percep că toată lumea din jur mă vede traumatizată şi nevolnică.

E o presiune cu care nu ştiu ce să fac. Nu-mi permit să fac tămbălău, ca să nu fiu considerată slabă şi să nu-i îndoliez şi mai rău pe cei din jurul meu. Mai ales pe mama. Căci pare dărâmată.

Mă afund şi mai tare în carnavalul social. Stăpânesc bine ieşirile şi băutele în cluburi clasice. Nu-mi mai ajunge. Vreau la petreceri din acelea unde se ascultă muzică electronică şi se iau droguri.

Mai ales că încă de pe la 12 ani îmi plăceau electronicii Massive Attack şi Orbital.

Iar prietenul născut în aceeaşi zi cu mine mă învăţase să folosesc ODC, un soft prin care aveam acces la muzica şi filmele din calculatoarele a mii de oameni. Descarc ce mi se pare exotic pe la ăia care au şi Massive şi Orbital. Aşa îmi sporesc cunoaşterea şi consumul muzicii electronice.

Îmi fac cd-uri pe care le ascult în timp ce mă bâţâi. Fac rost şi de un cd-player portabil. Ascult şi pe stradă sau în alte locuri.

Îmi doresc să pricep petrecerile alternative. Încep să merg pe acolo. Mă apuc să fumez şi marijuana ocazional. E interesant. Îmi facilitează accesul la cele mai ascunse amintiri ale copilăriei.

E anul 2005. Vara mă duc iar să muncesc. La un hotel pe timp de noapte. Nu rezist mai mult de două săptămâni căci pun stăpânire pe mine atacurile de panică.

E insuportabil să stau 12 ore singură cuc.

Las baltă slujba. Petrec la mare. Într-o seară fumez iar marijuana. Peste trei oare mă cuprinde atacul de panică cel rău. Mi-e frică că voi muri. Îmi dau seama că e o anxietate tembelă. Dar n-o pot pune pe goană.

Revin acasă.

Încep să am măcar câte un atac de panică pe săptămână.

Aşa ca din senin inima începe să îmi bată mai repede. Simt că nu mai am suficient aer şi respiraţia devine anevoioasă. Durează câteva minute, maxim jumătate de oră şi trece.

Dacă nu trece, încep eu să mă agit, să mă ciupesc, să îmi dau singură pumni şi palme. Nu vreau să ajung la durerea în piept, ţiuiturile în urechi, frisoanele, greaţa, transpiraţia şi chirceala în poziţie fetală. Despre care am citit că sunt simptomele clasice ale atacului de panică.

Vreau să evapor senzaţia că pierd controlul asupra propriei persoane.

Îmi reuşeşte prin tehnicile mele uşor masochiste. Numai că tahicardia, inima care bate tare şi începuturile de sufocare revin cu regularitate.

Mă plâng la mama care-i medic neurolog.

Mă duce la cardiolog, îmi face electrocardiogramă. Dar şi electroencefalogramă. Se stabileşte că sunt sănătoasă tun.

Mama se sfătuieşte cu prietena ei psihiatră. Îmi prescriu Lexotan, anxioliticul pe care mama mi-l dăduse când murise tata şi „îl tolerasem bine”. Trebuie să iau jumătate de pastilă pe zi. Eu o iau la nevoie. Adică când am impresia că mă apucă panica.

Sau după ce mai fumez iarbă.

Totuşi nu iau în fiecare zi, din frică că voi deveni dependentă. Nu vreau să mai fiu sclav la nimic, mi-e îndeajuns că mă bâţâi de la doi ani în fiecare zi şi nu mă pot opri.

Mama îmi dădea Lexotan de câte ori îi solicitam.

De mică fusesem insomniacă. Decid să-i cer ceva şi pentru insomnie.

Primesc Stilnox, o minunată invenţie hipnotică. Prospectul subliniază că tableta trebuie administrată exact în momentul aşezării în pat deoarece efectul său este imediat. După câteva nopţi pline cu somn în urma respectării în tocmai a indicaţiilor decid să nu mă bag în pat înainte de a lua pastila.

Ce urmează e o adevărată călătorie, similară cu transa indusă de soma, substanţa-minune din „Minunata Lume Nouă" scrisă de Aldous Huxley. Mi-a plăcut. Totuşi nu folosesc leacul soporific mai mult de trei ori pe săptămână. Am un sâmbure de simţ al măsurii în mine.

În vacanţa de vară dinspre anul trei merg în practică la ţară cu profesorul de sociologie. E fascinant. Redescopăr viaţa la ţară din copilărie. Prind încredere în mine, căci la interacţiunea cu traiul simplu şi arhaic mă pricep de minune. E pe logica momentului şi fuziunii, dincolo de aşteptări intelectuale.

Mă împrietenesc cu ai mei colegi. Chiar şi cu cea mai ţâfnoasă studentă, aia de are numai zece pe linie şi vrea să măsoare gradul de fericire al sătenilor.

Mă joc cu tehnicile sociologice în a observa practici magice feminine. De fapt fac hăhăială cu babele şi alte tanti. Mai şi primesc mâncare şi afecţiune. Şi am şi câte un divan pe care să-mi fac siesta după masă.

Mă mai joc şi cu actoria. Proful e aşa, multilateral dezvoltat. Ştie şi psihologie. După munca de teren în sat, seara avem şedinţă. Prima parte e plictisitoare ca dracu', că-i despre tehnici şi metode repetitive. Dar partea a doua e cu joc, actorie şi psihologie.

Când se termină prima şedinţă iau uneori câte o jumătate de Stilnox. Ca să-mi sporesc trăirile. Mai ales că şedinţa a doua e opţională.

Particip la toate. La una dintre ele face un test proiectiv de grup. E una din serile când sunt cu capul limpede. E atât de interesant încât îmi doresc să-i absorb

toată tehnica şi interpretarea. Ţin minte tot ce se discută.

Din interpretarea răspunsurilor mele îmi dau seama că literalmente sunt închisă în lumea mea de bâţâială şi fantezie. Dar şi că am toate şansele să ies.

Când vin acasă aplic testul ăla tuturor prietenilor şi rudelor. Îl stăpânesc destul de bine. Numai că mi-ar prinde bine să citesc nişte psihanaliză şi interpretări ale simbolurilor.

Frunzăresc un dicţionar de simboluri. Îmi trebuie mai mult de atât însă n-am deloc răbdare să mă concentrez. Îmi propun să o fac la un moment dat.

Încep facultatea şi observ cum parte din colegi încep să se angajeze.

Vreau să fac şi eu extra-bani. O conving pe mama să mă lase să închiriez garsoniera în care nu mai stătea bunica. O dau chiar unor colege de facultate cu care mă împrietenisem în practică. Din banii strânşi pe câteva luni de chirie îmi iau primul meu laptop.

Realizez că doar speculez o situaţie şi mă înciudez că nu am curajul şi motivaţia să mă angajez şi eu. Să fiu demnă şi respectată ca un om normal.

O să mă controlez să fiu şi om normal. Până atunci mai iau câte un anxiolitic sau câte un somnifer ca să-mi omor angoasa că nu sunt şi nici nu mă apuc să fiu.

Aproape de sfârşitul anului trei de facultate am parte de un eveniment dureros. Moare bunica mea, care locuia în aceeaşi casă cu mine.

Câteva luni sunt în derivă, cu toate că îmi cresc dozele de anxiolitice şi somnifere. Absenţa bunicii, care era mereu prin casă, îmi creşte frica. Devin năzuroasă, nimic nu îmi convine, găsesc prilej de ceartă în mai orice. Calul de bătaie al ciudei mele e omul născut în aceeaşi zi cu mine. Îmi pare rău c-o fac, nu merită. Dar nici că mă pot stăpâni. Îmi pare că soarta mă urăşte.

Mai prind nişte viaţă când îmi descopăr sexualitatea. Într-o zi omul meu mă invită să fac ce vreau cu el. E o epifanie, am primul orgasm alături de cineva. Nu i-o zic

căci mi-e ruşine.

Dar nici că nu mai vreau să stau ca înainte, cuminte şi receptivă avansurilor. Aşa că începem fiecare să ne îndreptăm pulsiunile sexuale şi către alţi oameni. E ceva tacit. În rest ne înţelegem şi toată lumea zice că suntem un cuplu straşnic.

Încep anul patru de facultate. Vreau să scot intelectualul din mine, să fac sufletul adormit al bunicii să fie mândru de mine.

Îmi iese parţial. Reuşesc să iau bursă dar nu să fiu şi prima. Bag şi mai multe anxiolitice ca să scap de vina că nu pot.

Mai apare o jale. Trebuie să-mi scriu şi licenţa. Nu mă simt de loc în stare, am frica fricilor.

În zadar mă duc la bibliotecă şi citesc compulsiv despre sociologia corpului. Mi-e groază că nu voi fi în stare să îmi pun cap la cap ideile. Sau să fac cercetarea despre mamoplastia cosmetică. Adică despre implanturile cu silicon în sâni.

Încerc să-mi pun anxietatea pe goană plecând într-o excursie în Anglia. Mă folosesc chiar de nişte bani lăsaţi de bunică. E prima oară când zbor. Îmi omor teroarea de avion cu mult Lexotan.

Vine sfârşitul lui aprilie 2007 şi plec la mare întru a serba o amică şi a petrece întâi maiul.

Aniversarea începe devreme în curte, cu grătar şi hrană multă. Mănânc şi beau pe săturate. Până noaptea, când plec de acolo, termin o sticlă de un litru de vişinată.

Dăm să mergem la un club şi fatalitate, nu e lume. Un amic vine cu ideea să mergem la Cheile Dobrogei.

Acolo e un grup compact de zeci de oameni care stă la cort şi sărbătoreşte câmpeneşte.

Ajungem, mai beau nişte vodcă. Cum-necum eu şi amicul cu care venisem decidem să plecăm în Vama Veche.

Nu-mi amintesc decât cum mă urc în maşină şi mă trezesc la spital plină de sânge şi urlând să nu mi se taie părul că mama mea e medic. Mi se povesteşte că maşina a

derapat de pe carosabil şi a intrat în coliziune cu o stâncă.

Ies din spitalul din Constanţa cu o ditai cusătura pe tâmpla stângă şi vedere dublă. Curios, nu mai simt nicio frică. Mi-e doar foarte somn, mă dor toate oasele.

Mama mă duce la un plastician pentru a-mi atenua viitoarea cicatrice. Individul îmi explică: dacă vreau să rămân cu cel mai bun semn posibil, atunci trebuie să mă descoasă şi recoasă pe viu, fără anestezie.

Mă învoiesc. Sunt curioasă dacă voi leşina de durere. Ca să nu mă mişc şi să nu tresar, îmi distrag atenţia printr-o nouă durere. Mă ciupesc de partea interioară a coapselor. Fusese şi experienţa mea de început cu atacurile de panică bună la ceva.

Plec cu o nouă cusătură şi vânătăi pe picior. Şi cu încuviinţarea omului că mă va ajuta la a mea lucrare, căci realiza şi implanturi cu silicon la o clinică privată.

Mă simt forţoasă. Am rezistat cu neclintire şi tărie la durere.

Dar tot văd dublu. Cică am nişte nervi cranieni inflamaţi. Încep tratamentul. Îmi este strict interzis, timp de şase luni, consumul oricărei substanţe cu acţiune directă pe sistemul nervos (anxiolitice, somnifere, alcool, droguri). Mă conformez.

Nu e deloc plăcut ca de exemplu, să pipăi cu piciorul pentru a-mi da seama care dintre cele două trepte e cea bună.

Mă aştept să fac sevraj la anxiolitice. Nu se întâmplă. Doar dorm mult, văd dublu şi sunt bucuroasă că am scăpat de necesitatea de a-mi scrie lucrarea. Câteva săptămâni nu pot să mă bâţâi, căci mă doare prea tare spatele. Îmi trece şi mă bâţâi iar.

În două luni vederea îmi revine la normal. Lucrarea nu am timp s-o mai scriu. Plec la Paris cu al meu prieten şi aşa scap şi de frica de avion. Fără Lexotan.

După care, ca să nu stau degeaba mă apuc să renovez apartamentul. Am bani strânşi din chiria de la garsonieră. Îmi ajung doar pentru văruire, parchet

laminat, o canapea nouă în sufragerie, un dulap nou în camera mea şi geam termopan la bucătărie şi la mine în cameră. Apartamentul e niţel schimbat, dar nu suficient încât să mă mulţumească pe deplin.

Sper ca prin aruncarea hodorogeniei de canapea din sufragerie să mă scap şi de hâţâiala zilnică cu spatele. Nu se întâmplă. Canapeaua cea nouă are cinci perne. Ca fermecată iau una dintre ele, o pun de spătar şi încep să mă legăn. Pentru a nu ştiu câta oară îmi văd neputinţa în faţa fatalităţii incontrolabile.

Termin renovarea, mi se îmbolnăveşte pisica. O operez. Boala recidivează. Sunt forţată să o eutanasiez. Prietenul născut în aceeaşi zi cu mine mă ajută să îngrop animalul în spatele blocului.

Fac haz de necaz că pământul e tare. Dar mă simt oribil. De-abia aştept să treacă cele şase luni şi să revin la substanţele mele.

Îmi pleacă şi colegele de facultate din garsonieră. Am noroc că una din ele, chiar studioasa universităţii, îmi găseşte un nou chiriaş.

Aşa îmi dau seama de explozia spectaculoasă a pieţei imobiliare. Preţurile chiriilor săriseră în aer. Mama avea un apartament cu trei camere în centru. Pe care îl închiria pentru un preţ infim. O conving să mi-l lase mie pe mână. Din garsonieră şi apartament reuşesc să îmi scot un venit mai mare ca salariul mediu pe economie.

Prima chestie pe care o fac e să plec la o colegă care-şi făcea masterul în Luxemburg. Mai mergem şi prin

Paris.

Din noiembrie încep să revin la vechile mele obiceiuri. Mai trăgeam câte o beţie, mai băgam un Stilnox aşa de dragul călătoriei pe care mi-o prilejuia. Sau mai luam câte un Lexotan ca să fiu liniştită înainte de somn. Şi nu doar atât, mai fumam şi marijuana din când în când.

Cu mare scârbă mă apuc de lucrarea de licenţă. Măcar nu îmi mai este frică. Căci toată facultatea ştia ce accident avusesem. Deci aveam circumstanţe atenuante.

Mi-l iau coordonator chiar pe proful cu care fusesem în practică. Îl amuză tema mea, îmi dă sfaturi pertinente cum să fac să structurez lucrurile mai bine. Degeaba, căci îmi pare că am născut o mare încâlceală.

Dar trec cu bine căci medicul care mă cususe şi câteva doamne cu implanturi îmi dăduseră nişte informaţii controversate. Care îmi susţineau teoria că operaţia era un pur procedeu de înfrumuseţare care duce la obiectificarea extremă a propriului corp.

E sfârşit de februarie 2008. După ce trag o beţie de pomină plec niţel la plimbare. În Olanda unde făcea master o bună prietenă din liceu, apoi în Belgia, unde se mutase colega din Luxemburg.

Mă întorc cu poftă de renovare. Refac bucătăria şi baia.

Vine vara şi îmi dau seama că trebuie să mă angajez sau să intru la master. Ca să fiu şi eu considerată normală. Să nu mi se reproşeze că doar fac speculă imobiliară.

Admiterea e în toamnă. Mă canonesc toată vara între mare şi bibliotecă, doar – doar să fac şi eu o propunere bună pentru a fi admisă.

Îmi spun obsesiv că a sosit momentul intrării mele pe calea ce dreaptă. Adică să-mi dau toată silinţa şi atenţia întru învăţare şi să încep să caut oportunităţi de angajare. Numai că perspectiva de a fi un „om cum se cuvine” mă angoasează amarnic.

Pentru că am un suflet de samsar şi aşteptări idealiste.

Am o tensiune din ce în ce mai mare. Îmi reapare şi ticul cu zgândărirea rugozităţilor de pe mâini.

Îmi concentrez frecuşul exclusiv pe o bubiţă nărăvaşă. Nu se mai dă plecată de pe braţul meu. O ating repetitiv până i se rupe cojiţa şi nemernica, în loc să rămână acolo ca o suprafaţă netedă, se repliază peste noapte în rugozitate.

În scurt timp toată lumea îmi ştie zgaiba. Căci o ating compulsiv mai tot timpul şi pielea din jurul ei căpătase o

nuanţă vineţie de la atâta frecat zilnic. Am crezut că vremea rece şi mânecile lungi îi vor veni firesc de hac. Dar nici vorbă, din inerţie suflecam mânecuţa şi mă trezeam abia când eram deja cu degetul pe bubiţă.

Târâş-grăpiş, cu bâţâiala, abuzurile de substanţe în cârcă şi buba vineţie pe mână intru şi la masterul de antropologie.

Am interviul de admitere chiar de ziua mea. Când primesc şi o pisică nouă.

Vreau să mă fac o studentă perfectă. Vreau să-mi reuşească imensul. Sunt pe lângă realitate. Perfecţionismul e o bucată centrală în puzzle-ul meu personal.

Mi se spunea mai mereu că sunt un copil special, foarte deştept, care poate mai mult. Percepţia mea e că pot fi „cea mai cea" dacă mă străduiesc.

Şi că din frică îl iau în braţe pe acel „lasă că merge şi aşa". Mă străduiesc să fiu cea mai bună la master.

Observ cu obidă cum câţiva colegi mi-o iau înainte pentru că au exerciţiul atenţiei şi un bagaj de cunoştinţe mult mai vast ca al meu.

Mă ia lehamitea cea mare faţă de mine.

Oare de ce nu învăţasem eu la timp, în liceu sau în facultate? Oare de ce refuzam eu să îmi fac temele mai mereu?

Oare de ce nu fusesem mai atentă la ce era în jurul meu?

Îmi spun eu mereu că regretele sunt de prisos şi că e important ce pot face, nu ce am făcut. Dar tensiunea tot creşte în mine. Căci văd că e un soi de luptă cu morile de vânt.

Nu am suficientă răbdare, atenţia îmi fuge după cai verzi pe pereţi. Trebuie să îmi spun mie însămi de zeci de ori că trebuie să stau concentrată şi atentă în ideea de a asimila ceva informaţie din texte sau din cursuri.

Consider că eforturile mele nu au rezultatele aşteptate. Adică degeaba luam bursă dacă nu eram în

stare să argumentez la fel de bine că ai mei colegi savanţi.

Obţinusem confirmarea faptului că pot fi cea mai cea dacă mă străduiesc atunci când intrasem la facultate. Doar că ideea de străduire s-a transformat într-o povară pentru că nu luam în calcul mai multe variabile.

Socoteala de acasă nu se potrivea cu cea din târg.

În primul rând, trecuseră 6 ani de la admitere. Timp în care ceilalţi îşi forjaseră neuronii pe când eu îi scufundam în anxiolitice, somnifere, alcool, bâţâială şi reverii. Plus că una e să înveţi un manual timp de un an, alta e să ai câte o carte întreagă de citit şi recenzat de la un curs la altul.

În al doilea rând, procesul meu de învăţare intensivă a filosofiei a fost influenţat de boala gravă a lu' tata. Era evident că nu se va mai recupera şi mi se părea că banii pe care mama îi dădea pe meditaţii trebuiau să-şi atingă scopul.

Plus că aveam parte de sprijin moral şi afectiv de la meditatoare şi colegi. Pe deasupra cu o lună înainte de admitere am rugat-o pe meditatoare să mă primească ca observator şi la alte meditaţii ale ei. Repetiţia se ştie, e mama învăţării.

În al treilea rând, pe când aveam 18 ani, niciodată nu mă aşteptasem la „cea mai cea" şi că trebuia să intru prima. Doar făceam tot ce îmi stătea în putere ca să învăţ în speranţa de a obţine studii gratuite. Pusesem bâţâiala, fanteziile şi băutura în cui. Nu luam nici psihotrope şi nici nu fumam marijuana.

Dar la 24 de ani, Viorela, care ia anxiolitice şi somnifere, bea peste măsură şi fumează marijuana cel puţin o dată pe săptămână, se bâţâie măcar 2 ore pe zi, îşi miroase compulsiv mâna şi îşi scarmănă repetitiv o zgaibă, vrea să fie „cea mai cea" la master.

Îmi mai trece jalea căci mă duc într-o plimbare prin Londra. O săptămână mă fac praf şi îmi cumpăr toate tâmpeniile. Am şi cu ce, trăiască chiriile. De când cu ele, îmi permit şi eu să ţin pasul la călătorii cu cei din jurul

meu.

În continuare reuşesc să pun bani de-o parte.

Tot vreau să fiu normală şi perfectă în condiţiile în care exersez zilnic o debandadă năucitoare. Ştiu cumva că există o nepotrivire între ce fac şi ce vreau.

O văd şi în practica de vară care are loc la ţară în Cacica. După ce depăşesc norma de interviuri şi ştiu tot ce mişcă prin sat mă blochez în a-mi mai face prezentarea necesară unei comunicări ştiinţifice.

În loc să-mi scriu lucrarea plec la mare. Redescopăr paradisul pierdut al copilăriei. Îmi hiperbolizez cu un cui senzaţiile de pe acoperişul hotelului meu preferat al copilăriei mele.

E frumos dar deznădăjduitor în acelaşi timp. Plec la Berlin ca să mă dreg. Îmi place. Mă mai duc o dată.

Într-o zi, la aproape o lună după ce împlinesc 25 de ani, am un fel de revelaţie. Parcă ies din mine şi mă văd. Mă bâţâi, mă miros, îmi zgândăresc o bubă, fumez, mă uit în oglindă şi ascult muzică. Toate concomitent.

Mâna cu ţigara scarmănă şi buba din când în când. Când iau ţigara de la gură mai şi miros când şi când mâna care are zgaiba. Toate astea în timp ce mă bâţâi uitându-mă în oglindă şi ascultând muzică. Aaa, şi îmi şi desfăşor frânturi de fantezii în cap în timp ce le fac pe toate astea.

Mă sperii niţel. Am o imagine clară a felului în care îmi irosesc energia.

Îmi arunc atenţia distributivă pe apa Sâmbetei. Fac multe găunoşenii în acelaşi timp. Mai puţin muzica, care-i ca speranţa în cutia Pandorei. O alinare între şase urâciuni.

1. bâţâială buimăcitoare
2. bubă zgândărită
3. mirosit compulsiv
4. oglindire vanitoasă
5. fumat dăunător
6. frânturi de fantezii eroice nepuse în aplicare.

Mă contemplu o vreme cum le fac. Într-un fel e captivant. Sunt şi lucidă şi le şi fac. Mă opresc.

Mă cuprinde o tristeţe răvăşitoare şi teribilă. De ce?

Fac chestii care mă consumă şi nu-mi aduc beneficii pe termen mediu şi lung. Aş vrea să le opresc instant dar nu pot. Mă mâhnesc şi mai tare. E sfâşietor că nu pot. Am nepotrivire între acţiuni şi năzuinţe la 25 de ani, un sfert de secol de existenţă.

Nu îmi place starea apăsătoare a posomorelii şi statul cu mâinile în sân în faţa ei. Trebuie să fac ceva ca să mă controlez şi să arunc pe pustii uriciunile.

Mi-e imposibil să o fac de una singură.

Trebuie să mă apuc de psihoterapie. Aia e metoda prin care aş putea să învăţ să mă controlez. Sau o scuză prin care să îmi justific blazarea şi faptul că nu muncesc.

Îi zic mamei de momentul meu de luciditate. Împreună cu ea mă decid asupra unei entităţi umane ce practica psihoterapia. Mama zice că avusese rezultate bune cu diverşi pacienţi de-ai ei (ai mamei).

Plus că stă cu mine în bloc şi mă ştie de când eram clasa întâi.

De prin generală nu-i mai văzusem anatomia. Ţin bine minte persoana. Sunt curioasă să văd în ce s-a transformat. Uitasem că mama îmi povestise la un moment dat că făcea facultatea de psihologie şi apoi o formare într-o ţară străină.

Nu îi voi prezenta genul, va fi persoana de la terapie, agentul sau entitatea. Pe 25 octombrie 2009 am prima şedinţă de terapie.

Spre surprinderea mea nu trebuie să mă deplasez la vreun cabinet. Se vine la mine la casă. E convenabil.

Dar discutabil din punct de vedere al eticii profesiei de psiholog.

Percep că a-i da acces entităţii în vizuina mea e din start un avantaj pentru mine. Nu doar că vede spaţiul în care îmi manifest uriciunile. Dar, la nevoie pot să-i fac felul. Adică să-i şantajez lipsa de profesionalism în cazul în

care dă greş în a mă dezbăra de ticuri.

Şi, cel mai important dintre toate, e comod. Durează mai bine de o oră.

Îi prezint revelaţia mea cu uriciunile. Mă jur că vreau să fiu şi eu om normal. Începe să-mi vorbească de obiective de lucru. Ia şi o foaie şi scrie pe ea.

Mă ia groaza.

— Adică cum?

— Ce e important pentru mine.

Scrie şi pe foaie şi se uită la mine cu ochi întrebători.

— Nu ştiu!

— Valori…

Mi se face sufletul cât un purice. Nu ştiu care sunt valorile mele. Sunt în mare angoasă de performare. Mă uit în gol şi bâţâi din picior. Mă ridic şi îmi caut pisica.

Mă invită să ne jucăm. Începe să mi se adreseze cu apelativul meu din copilărie, Vio.

Ooo, minunat. Iau o foaie. O împăturesc bine. Scriu pe ea „deschide-mă”, apoi pe prima împăturire „mai despătureşte un pic în direcţia asta” şi desenez o săgeată. Apoi pe a treia „vei găsi ceva extraordinar” şi desenez săgeata în ce direcţie trebuie despăturit. Pe a patra despăturire scriu „mai ai puţin…”. Iar pe ultima, când foaia e deschisă apare „Bău! Eşti fraierică!”

Râde niţel. Eu râd cu gura până la urechi. Batjocura este o mare sursă de amuzament. Mă scălâmbăi şi învârt prin cameră. Mă roagă cu blândeţe să stau locului niţel şi să ne mai jucăm un pic.

Mă pune să desenez un copac. Ooo, altă faptă de vitejie. Cunosc treaba din prima practică. Ne făcuse profu şi testul pomului. Exagerez voit rădăcina şi trunchiul. Fac o coroană imensă în care pun păsări, porci şi pisici. Una din pisici face pipi. Se scurge printre crăci într-o baltă la poalele copacului.

Îl semnez şi i-l întind cu mândrie.

Se uită chiorâş pe el. Plimbă ochii de la stânga la

dreapta. Mai că-i dă peste cap şi alta nu.

Îmi face tot soiul de interpretări. O ţin minte pe cea mai deşucheată dintre ele. Cică cele şapte picături care se scurg din copac sunt cei şapte ani de doliu de la moartea tatălui.

— Dar abia au trecut cinci ani!

— Poate fi o anticipare a viitorului, când doliul va fi rezolvat.

Rămân puţin înmărmurită. Pare interesant. Dar am eu altele mai rele pe cap. Mă lungesc pe canapea. Îmi imaginez că sunt la o şedinţă de psihanaliză adevărată.

— Da, poate de la doliu am atacurile de panică şi anxietatea asta generalizată… Dar totuşi uitaţi ce fac cu buba asta… Mă mai şi miros…

— Fi puţin atentă. Hai să ne jucăm puţin cu obiectivele de lucru.

— Nu înţeleg. Mi-e sete. Staţi să mă duc să-mi iau nişte apă. Vreţi şi dumneavoastră?

Mă refuză politicos. Mă duc în bucătărie. Aduc şi nişte bomboane. La dulciuri se bagă. Cred şi eu, are nişte rezerve adipoase considerabile. Începe să mă chestioneze iar cu valorile.

— De parcă n-ar fi evident! Vreau să mă autodepăşesc şi eficientizez. Notează pe foaie „auto-depăşire” şi „eficientizare”.

— Le punem aşa deoarece cum le-ai zis sunt mai degrabă acţiuni.

— Bine ar mai fi cunoaşterea. Şi frumuseţea.

Mă lungesc iar pe canapea. Îmi pun picioarele pe perete şi mă uit cu capul în jos. Mă întreabă ce înţeleg prin frumuseţe.

— Echilibru, sănătate…

Notează. Mă ridic şi mă duc să-i iau foaia din mână.

— Ar mai fi şi confortul, rezonanţa cu celălalt…

Îi dau coala înapoi. Scrie pe ea în timp ce grăieşte către mine.

— Rezonanţa este interioară şi exterioară.

— Aha. Afecţiune…

— Cum vezi afectivul?

I se umflă ochii când o întreabă. O şi scrie.

— Similaritate, complementaritate… Dar lăsaţi-o pe asta. Eu mă bâţâi!! Asta e chestia cea mai gravă!

Se uită la mine prelung. Întoarce foaia şi îmi desenează un cerc împărţit în patru. Îmi vorbeşte de raţionalitate, tensiune, pol corporal, fundamentul biologic, compulsie. Face diverse haşuri şi linii. Nu pricep nimic. Mă vaiet că vreau să scap de bâţâială şi bubă.

E duminică. Mama e acasă. Intră în cameră şi întreabă „cum merge lecţia”. O trimit la plimbare. Mă foiesc prin cameră în timp ce îmi ocărăsc lipsa de atenţie în a citi şi a scrie.

Revine la obiectivele de lucru. Mă întreabă ce aştept de la mine. Îi povestesc iar revelaţia. Îmi zice de aspecte limitate, diminuate, dezadaptative.

— Adică?

— Refuz, reprimare, deficitul care vine la pachet cu compulsia.

Mamăă câţi termeni de specialitate primesc eu aşa dintr-odată. Câteva secunde rămân stană de piatră. După care îi povestesc despre cum am citit eu Freud în clasa a 12-a. Şi că mă aştept la tehnici de corectare a relelor mele. Zice că lucrurile se iau pe îndelete.

Şedinţa se termină cu cu imboldul verbal şi scris pe foaie „a pune lucrurile în ordinea lor firească”. Rămâne să ne vedem peste o săptămână.

Rămân cu o senzaţie de confuzie şi înspăimântare.

Dar şi cu ideea că o să fac cumva să-mi aranjez complicatul puzzle personal. Adică să mă înţeleg, să mă stăpânesc şi să mă adecvez realităţii.

În teorie pare un plan excelent. În practică e un dezastru.

Urmează şedinţe întregi de terapie printr-un

spectacol al debandadei. Obiectivele se duc pe copca pulsiunii mele de a testa rezistenţa persoanei cu care fac terapie.

Mă plâng haotic de ticuri, frică, anxietate, copilăria nefericită. Simt că am un spectator plătit să-şi trudească neuronii în a-mi desluşi brambureala. O şi exagerez voit. Nu stau locului, trec rapid de la un subiect la altul, vreau să-mi zăpăcesc audienţa. Iau mai totul în derâdere şi îi vărs tone de contra-argumente în cap.

La un moment dat îmi aduce o carte cu eneagrama. E mistică şi sforăitoare. I-o dau înapoi. Mai am şi momente de reflectare şi groază.

La o şedinţă îmi amintesc despre cum fusesem eu dusă la psihiatru.

Aveam nouă ani şi după o săptămână de insomnie m-am bătut cu bunica, am fost dusă la „medicul de istericale”.

S-a constatat că nu manifest vreo suferinţă patologică, sunt un copil dificil, cu inteligenţă peste medie. S-a recomandat administrarea de Haloperidol doar în cazuri extreme.

Mă fălesc cum, deşi am fost trimisă afară, am tras cu urechea la uşă. Mă uit pe sub sprâncene la entitate în timp ce povestesc cum doamna doctor i-a spus mamei „doamnă, luaţi o sticluţă cu Haldol, să o aveţi acolo în casă, dacă mai face urât daţi-i câteva picături”. Nu tresare cum mă aştept. Începe să-mi vorbească despre cum „reiterez acelaşi comportamente prin situaţia de acum”.

Nu mi se dăduseră niciodată temutele picături. Doar mi se explicase că dacă nu pot sta cuminte, nu mă pot controla, atunci voi primi tratament. Nu voiam să fiu slabă.

Totuşi pe la 13 ani, după mult nesomn şi scandal am primit diazepam. La o tabletă întreagă avusesem reacţie paradoxală, mă agitasem şi mai tare.

Încercasem şi Halodoul cu câţiva ani în urmă. Era în sacoşă la mama, probabil rămas de la vreun pacient.

Îmi dăduse knock-out total, mă transformase în

legumă. Dormisem 9 ore ca lemnul fără să visez nimic.

Mă las convinsă să renunţ la Stilnox. Oricum îmi ardea creierul şi aveam nevoie de el căci urma să-mi scriu dizertaţia.

Îi fac circ mamei că de ce nu m-a dat la psihoterapie din copilărie. Aflu că în 1993 nu exista ideea de psihoterapie pediatrică.

Nasol, sunt de nerecuperat. Şi aşa îmi pare că ora petrecută întru explorarea şi ameliorarea mea e o caznă inutilă. Nu am încredere nici în mine, nici în persoana cu care fac terapie.

Dar vreau să mă lupt cu mine şi să mă normalizez. Împuţinez şi Lexotanele. Mă lupt cu anxietatea generalizată.

Aflu că atacurile de panică puteau izvorî, ca şi bâţâiala dintr-o nevoie anormală de a primi atenţia cu orice preţ. Poate.

Mi se explică cum acea auto-medicaţie combinată cu consumul de alcool şi marijuana nu face decât să îmi alimenteze problemele, dându-mi iluzia unei aşa-zise stări de linişte.

Mi se prescriu nişte tehnici de relaxare. Trebuie să-mi relaxez fiecare muşchi în parte. N-am răbdare. Îmi reuşeşte parţial.

Oricum sunt obişnuită cu starea mea de încordare permanentă.

Mi se tot vorbeşte despre reactivitatea mea şi revoltă. Păi sigur, o să transform lupta cu cei din jurul meu în lupta cu mine.

Reuşesc să mă las de afurisita de bubă.

Mai prind ceva încredere în omul cu care fac terapie. Suficientă cât să o continui. Mi-e aproape imposibil să-i iau în serios prescripţiile. Unele par a fi rezultatul unei constipări mentale. Dar şi eu sunt cinică şi morocănoasă pe alocuri.

Măcar prezenţa terapeutică e un motiv să mă transform. Are un rol în neutralizarea anxietăţii mele. Ştiu

în sinea mea că o voi face în felul meu. Mă voi juca, voi depăşi limite şi voi face excese.

Nu-mi spune mie nimeni cum şi ce să fac. Aflu eu! Aşa beteagă şi neîncrezătoare cum sunt. Nu mă las.

Chiar dacă mă văd ca un gândac care se vrea vultur. Şi îi este şi teamă că nu va reuşi într-o ordine firească.

Nu am vreme să mă gândesc la ce îmi zice entitatea despre comportamentele dezadaptative. Căci la master se intră în febra dizertaţiei. Mai toţi colegii au deja câte un subiect pe care vor să îl cerceteze.

Vând şi eu blana ursului din pădure cu diverse teme. Când de fapt experimentez o deznădejde pustiitoare. Am noroc că un prieten care are o afacere cu bar şi club îmi cere ajutorul în a le face profilele psihosociologice ale angajaţilor săi. Sunt 17 oameni, inclusiv el.

Parcă mi se dă o supra-doză de încredere. E o mare provocare să o fac. Citesc cu interes despre tot felul de testări şi interpretările lor. Am ocazia să mă joc cum vreau, pentru ca la final să obţin ce mi se cere, o listă cu limite şi calităţi ale fiecăruia. Plus la ce se motivează şi se demotivează.

Prind un avânt teribil şi la terapie. Am şi eu oamenii mei pe care îi testez. Nu mai sunt chiar un neica nimeni fără ocupaţie care alternează între a sabota şi încuraja autoritatea terapeutică.

Încep să scriu câte ceva în timpul şedinţelor. Ştiu că într-o dinamică terapeutică firească terapeutul e cel care notează şi nu clientul.

Îmi place premisa unei ordini răsturnate. Prin gestul de a scrie pot controla mai bine spusele entităţii. Dar şi pe mine în a-mi stabiliza atenţia, înţelegerea şi a avea material de reflecţie pentru mai târziu.

Chiar vreau să fiu iar ca în perioada şcolară. Atunci refuzam în mare parte să scriu şi să îmi fac temele. Îmi zic că pot s-o refac şi să capăt atenţia şi concentrarea ca fel de a face şi a fi.

Încep cu un vălmăşag scris pe un carneţel de-o

şchioapă. E o combinaţie între ce vreau eu, ce mi se pare că aşteaptă lumea de la mine şi ce îmi zice persoana cu care fac terapie.

I) *SOCIAL – carieră, stăpânire adecvată a situaţiei, recunoaşterea competenţelor, comunicare, nonmanipulativă, să fiu*; II) *CUPLU – construcţie reciprocă, III) Solitudine – să o preţuiesc şi o interiorizez*.

Cariera e o năzuinţă a celorlalţi şi nu a mea. Nu simţisem vreodată că am chemare pentru o anume activitate. Toată viaţa mea încercasem să mă înserez după putinţa mea în fibra socială. Frica de eşec mă împiedicase să mă implic pe de-a întregul în vreo activitate cu potenţial de carieră. Reuşita la facultate se datorase fricii mele de a nu irosi banii daţi pe meditaţi.

Stăpânirea arăta voinţa mea de putere şi control. Entitatea terapeutică mi-o critică, mă îmbie la trăirea în aici şi acum, dincolo de comunicarea distorsionată specifică manipulării.

Nu face decât să mi-o favorizeze.

Tot entitatea îmi sugerează şi treaba cu cuplul. De ceva vreme am un alt gagic, mai mic ca mine cu care îmi satisfac toate poftele sexuale. Mai e şi blând şi afectuos şi mă susţine în ce fac. Entitatea zice că nu-i de mine. De aia o bag gărgăunele construcţiei reciproce. Ca să îi închid gura.

La solitudine e grav, căci mie încă îmi este frică de întuneric şi să dorm de una singură.

Degeaba mi se spune de maturizare şi conştientizarea vârstei că e o teamă pe care n-o pot stăpâni. Ca să nu par cel mai fraier gâgă insist pe *Cadrul social*:

— *Să fiu echilibrată în situaţiile conflictuale*

— *Să fiu atentă la ceea ce se petrece, să observ adecvat, pentru a reuşi să anticipez mai bine*

— *Să îmi fac o carieră recunoscută*

— *Vreau o carieră care să îmi placă şi să le placă şi celorlalţi*

— Vreau o postură adecvată – spate drept, fără ticuri

— Să am încredere, ca să pot primi şi să pot da

— Curajul să spun „nu”, fără să fiu agresivă

— Curajul să adun oameni care sunt mai buni ca mine

— Vreau să primeze nevoile constructive, să dispară nevoia de a măscări, să fiu respectată pentru stilul de viaţă pe care îl aleg – în măsura în care mă defineşte.

Mi se spune cum cadrul meu social ar trebui să pornească de la premisa de a renunţa la *rolul şi poziţia unui măscărici*.

Zice-se, ar fi un mecanism insidios de obţinere a gratificărilor şi confirmărilor. Mă revolt dându-i apă la moară.

— Da, mai bine mă fac de râs şi obţin instant atenţia.

— E o ambivalenţă…

— Da, între plăcerea de a fi băgată în seamă şi durerea de a fi cum nu trebuie. Dar e o confirmare a existenţei mele. Ştiu că e, poate, un surogat pentru că îi deranjez pe cei din jur…

Mă hlizesc în aşteptarea răspunsului. Stau turceşte în stânga canapelei. Entitatea e în dreapta. Îmi întind picioarele, mai-mai să ating ciubotele domniei sale. Îşi adună mai bine picioarele şi se răzbună pe mine.

— Măscăriciul aduce tensiunea în jurul său. E cu râsu-plânsu, un hibrid între suferinţă şi plâns.

— Păi mie îmi era ruşine să salut pe cineva. Dacă n-o făceam bine? Dar să fac spectacol nu-mi era greu.

Părinţii insistau că trebuie să fiu educată.

— Dorinţa de a pedepsi compensează durerea. Măscăreala e un gest care minimizează.

— Să ştiţi că de fapt eram cam timidă…

— Şi te auto-amorţeai cu ticuri şi măscăreală.

— O fac şi acum. Mi se mai spune şi că sunt agresivă.

— Agresivitatea poate fi transformată în lucruri constructive.

— Da, în atenţie. Mai ales că lipsa mea de atenţie era certată şi la şcoală şi acasă. Începe să-mi explice ceva cu starea de prezenţă şi comunicarea potrivită

Mă ridic şi îmi iau carneţelul. Mai scriu nişte chestii la cadrul social:

— *Să privesc interlocutorii drept în ochi, fără să fiu agresivă, să am o postură deschisă, cu spatele drept şi gâtul drept*

— *Să fiu atentă la detalii, să privesc comprehensiv*

— *Să critic în baza argumentelor raţionale, nu afective*

— *Să îmi centrez atenţia un timp mai îndelungat*

— *Să pot afirma cu tărie „asta sunt", fără manipulări şi aluzii*!

Vreau să-i dovedesc că pot şi în acelaşi timp să îi şi năucesc gulia. Să văd cum scoate cămaşa.

Pic eu. Începe să-mi vorbească despre disocierea pe care o fac între emoţional şi raţional. Începe ceva cu iubirea şi empatia şi deprinderea de a exprima emoţiile care contribuie la stima de sine.

Nu ascult, nu mă interesează treaba cu emoţiile. Mă uit pe geam. Când aud de stima de sine sar ca arsă.

— Ce stimă de sine? Eu nici măcar atentă nu sunt din frica că nu voi fi suficient de atentă. Câtă vreme nu m-am războit eu cu socializarea normală… Copilăria mi-am petrecut-o printre adulţi. Îmi era frică să îmi expun explicit atenţia la emoţii. Că o luam pe coajă. Metaforic vorbind. Ştiţi că adultul nu vrea să-i fie sesizate slăbiciunile.

— Poţi încerca să exprimi ce simţeai atunci.

— Păi făceam drăciuţe şi sufeream că nu eram suficient de băgată în seamă. Poate că viaţa mea socială chiar este o scenă, cum zice şi Goffman ăla. Dar simţeam când e cazul să schimb registrul sau nu, înţelegeam ce simt ceilalţi. Uneori mă întrebam dacă aveam să fiu cu totul ca ei, oamenii mari.

— *Măscăriciul odată ce iese de pe scenă e trist*.

— Vai. Uneori am impresia că viaţa mea e o durere continuă. Încep să râd.

— Un om matur îşi asumă trăirile, nu face haz de necaz de ele.

— Păi şi dacă nu ştie să denumească ce trăieşte?

— Vio, mai lasă joaca.

— Ce joacă? Eu vorbesc serios.

Mă îmbie la emoţii şi construcţie până la sfârşitul şedinţei. O face şi cu proxima ocazie. Mare greşeală.

— Deci dacă sunt adult trebuie să mă exprim.

— Bine este să dăm voie emoţiilor necondiţionate.

— Păi nu te detaşezi de emoţie prin însăşi exprimarea ei?

— Nu. Ţi-o asumi.

— Aaa. Deci făcând aşa o faci să se manifeste necondiţionat.

Dă din cap aprobator. Îi citesc mulţumirea în ochi. Eu nu credeam ce spusesem. Doar trăsesem o concluzie logică din ce auzisem.

Trebuie să-i arăt că se înşală.

Îi povestesc despre cum nu mă mişcă prea tare catastrofele şi nici miracolele. Deoarece presupun declanşarea unei emoţii puternice. Mă fălesc că dobândisem un soi de reflex întru a mă detaşa de emoţiile puternice de îndată ce începeam să le simt.

Îmi amintesc de o prietenă ce pornise să studieze psihiatria. În 2007 îmi spusese că aveam toate şansele să devin un criminal în serie, dacă dublam absenţa rafinamentului interior cu o încredere în sine narcisică.

O zic cu voce tare. O duc către ultimele consecinţe. Subliniez că uneori când mă enervez, mă mai gândesc că anumiţi oameni necunoscuţi ce mă perturbă îşi merită moartea, planificată la rece.

O ia de bună. Face ochii mari, parcă a groază şi oftează. Mamă ce terapeut slab am! Dar poate şi eu am exagerat.

O dreg susţinând că de fapt avusesem dintotdeauna am avut o conştiinţă. De aceea şi vreau mai mult de la mine, să fiu mai bună.

Povestesc cum amân să-mi fac temele, să citesc, să am învăţ, să am răbdare şi să mă comport adecvat pentru că mă bâţâi. Cum zic „uite mă mai bâţâi un pic şi apoi mă apuc de scris / făcut curat / pregătit pentru a ieşi din casă”. Îmi propun şi un interval orar, „mă mai bâţâi 10 – 15 minute pe ceas”. Pe care de multe ori îl prelungesc şi aşa ajung să întârzii nepermis de mult la întâlniri sau la finalizarea unei teme sau proiect.

Mi se spune că sunt într-o mare stare de inerţie.

Mă vaiet a cea mai mare pagubă până se termină cazna de o oră.

Până la următoarea întrevedere mai trec câteva aşteptări la nivel de cadru social:

— Să mă intereseze imaginea identităţii mele reale, nu imaginea pe care vreau să o construiesc în ochii celorlalţi

— Să îmi cunosc calităţile

— Să aflu cine sunt, să am o imagine a ceea ce sunt

— Să pun voinţă, să vreau să stabilesc care sunt caracteristicile mele care pot fi dezvoltate în a-mi produce plăcere

— Să mă cunosc „constructiv”.

— Să îmi găsesc valorile, sistemul valoric.

— Să îmi exprim adecvat irascibilitatea

— Să îmi centrez energia constructiv, în acţiune productivă

— Să îmi asum responsabilitatea propriilor acţiuni şi trăiri şi emoţii şi decizii

De la prima liniuţă îi ziceam subtil ce fac de fapt şi cu terapia. O şaradă menită să dea bine. Dar în acelaşi timp chiar speram să mă ajute să aflu cine sunt.

Pentru că am zis, treaba cu produce plăcerea, am fost pusă cu botul pe labe. Cică voinţa de plăcere duce la

compulsie.

Nici nu vede că pusesem constructivul între ghilimele. Era din gama lucrurilor pe-care-e-bine-să-le-am-pentru-că-aşa-spun-ceilalţi.

Ce sunt eu pod sau mecanism? Mă construiesc ca o bucată de materie? Şi viaţa mea unde rămâne?

Valorile nu prea mi le ştiu. Dar înţeleg cum agitaţia, spiritul manipulativ, firea impetuoasă, încăpăţânarea nu sunt văzute cu ochi buni nici măcar la terapie.

De aceea şi scrisesem că vreau exprimare adecvată pentru irascibilitate. Irascibilitatea nu are o exprimare adecvată. Ea nu trebuie să existe ca trăsătură.

Povestesc cu năduf cum mă deranja că mi se atribuiau apelative ca „isterică”, „nervi slabi”, „zdruncinată”, „nu are toate ţiglele pe casă”.

Îmi recomandă „asumarea limitelor” şi „responsabilizare în privinţa calităţilor”.

E scârbavnic imboldul la responsabilitate. Îmi părea smuls dintr-un manual de cultură civică. Sau mai rău, dintr-o revistă de mâna a treia.

Demarează o revoltă prin care vreau să-i aduc dovezi triumfale ale maturităţii mele.

Fac paradă cu premisa responsabilizării socio-profesionale, în familie, intimitate. Ca să sune şi mai şi a ce aud.

Îi zic că vreau să mă fac mediator.

Declanşez mulţumire. Cică „*mediatorul e momentul punerii în valoare, momentul vieţii tale*”. Îmi zice de afirmarea sinelui şi necesitatea de a le fi utilă celorlalţi.

Mă arăt responsabilă. Spun cu voce tare şi scriu în mogâldeaţa aia de carneţel – „*să fiu curajoasă în afirmarea propriei identităţi şi propriilor dorinţe*”, „*să îmi fiu utilă mie şi celorlalţi*”.

Mă invită să zic ce calităţi îmi pune în valoare mediatorul.

Zic şi scriu – *sociabilitate, cultură generală,*

spontaneitate, adaptabilitate, energie, prestanţă, frumuseţe, spirit analitic, capacitate de abstractizare, empatie, raţionalizarea afectivului şi afectivizarea raţionalului, echilibru, deschidere către nou, management conflict.

Îi place. Mă încurajează. Nu vede că e o sforăială şi eu sărmana nici de bâţâială nu pot scăpa.

Îi amintesc că eu încă mă bâţâi. Vorbeşte de *convertirea energiei bâţâială în activităţi constructive e un act afirmativitate*.

— Ce-i aia?

— *Afirmativitatea reduce mecanismele inconştiente neadaptabile*.

— Adică cum?

— *Afirmativitate în sensul normelor, cutumelor fireşti*.

Mă blochează. Dar mă fac că înţeleg. Drept pentru care primesc o temă *„Ce înseamnă pentru mine afirmativitatea*? *În exemple concrete"*.

Aşa mi se declanşează basmul prin care ajung să mă las de bâţâială.

Deoarece prescripţiile de atunci îmi păreau doar o poleială, exact cum este şi conţinutul unui basm. Basmul te face să visezi frumos atunci când eşti copil.

Entitatea terapeutică se raporta la mine ca la un copil care trebuie să înveţe că se cuvine să fie responsabil. Am asociat terapia cu şcoala.

Ştiam eu că şcoala ar trebui să facă omul responsabil.

Mă gândeam că în şcoala ideală elevii erau ca eroii din basme care pleacă pe drumul izbândei.

Parcursul îi hotărăşte la o percepţie realistă a responsabilizării, implicit a limitelor şi calităţilor, şi la o asumare a luptei (demersului) lor.

Mi-am făcut tema. Adică am început să scriu într-o agendă mare şi frumoasă.

Capitolul II. Biruirea bâţâielii.

Mă joc cu aşteptările persoanei cu care fac terapie. Mă crede plod care trebuie să se facă responsabil. Bine, atunci responsabilitatea e o zână bună. La fel şi afirmativitatea.

Nu merge, tot o răzgâială ridicolă mi se pare încercarea mea de a-mi explica existenţa în cuvinte mari gen responsabilitate.

Mă bulversează. Nu sunt eu responsabilă că m-am apucat de terapie? Am făcut-o în primul rând ca să scap de bâţâială.

Bâţâiala, spune, ar ţine loc de afecţiune, bucurie şi mai toate sentimentele fireşti. Minunat. Şi mai multă îndoială, neîncredere, regrete, vini şi o răbdare pe spini. Analizez doar ca, apoi societatea şi bunul simţ să le sfidez.

Pentru că îmi simt personalitatea sfidată de dominaţia terapeuticii. Iaca mă urnesc, casa mi-o răscolesc febril şi găsesc un obiect util.

Ca s-o îmbunez pe zâna Afirmativitate, ce mai agendă mă prind a scoate. Ca un ceaslov. Coperţile de piele maro, închizătoare argintie şi foi lucioase de hârtie apropiate puţintel prin patru arcuri de oţel. Pot fi adăugate sau scoase materiale din ăst ceaslov modern.

Mă uit la agendă, o întorc pe toate părţile. O inaugurez cu ajutorul unui pix cu gel roz fuchsia sclipicios.

Rozul fuchsia mi-a plăcut dintotdeauna.

Magenta este numele recunoscut în toată lumea pentru Fuchisine, un colorant descoperit în 1858. Este folosit atât pentru evidenţierea bacteriilor pe lamele de microscop cât şi pentru dezinfectare. Fuchsia nu se găseşte ca atare în spectrul vizibil al luminii. Este percepută fiziologic şi psihologic ca o combinaţie de lumină roşie şi lumină albastră. Roşul este asociat cu pasiunea, bucuria şi dinamismul iar albastrul este asociat cu armonia, calmul şi încrederea.

E o culoare bună. Combină pasiunea cu armonia,

calmul cu bucuria şi dinamismul cu încrederea. Am zis că o să primesc mare gratificare pentru utilizarea acelei culori. Pentru că e dual㠄.

Se asemuieşte cu ceea ce mi se tot spunea că e lucrul cu sine – îţi scoţi în evidenţă părţile bune şi rele şi apoi le dezinfectezi, adică le aşezi la locul lor.

Oricum, nu toate bacteriile sunt dăunătoare. Unele sunt şi fermenţi buni, de pildă pentru iaurt. Îi dau un titlu agendei, *Dezvoltarea constructivă şi productivă a Viorelei Strat*.

Apoi tot cu pixul roz scriu „*Afirmativitate*: *am vrut agenda şi uite-o*!”. După care am trecut cu un pix albastru că „*vreau să îmi construiesc mental deziderateleîntr-o manieră clară şi numai bună de pus în acţiune*”, „*vreau să renunţ la ezitare şi oscilare*” şi „*vreau să înlocuiesc disecatul şi aşteptatul cu acţiunea*”.

Nu îmi este apreciat demersul. Aflu că „vreau” e folosit în loc de „îmi doresc”, ceea ce e agresiv. Cică *afirmativitatea vine din asumarea responsabilităţii*.

Am o discuţie sterilă despre cum *neasumarea duce la vină şi culpabilizări*, *auto-culpabilizare*, *reproş sau persecuţie*.

Mirific. Îmi amintesc că cele mai mici flecuşteţe, ca de exemplu terminarea temelor, erau prilej de îngâmfare, chiar dacă erau pline de greşeli. Şi că spuneam că am avut noroc odată ce reuşeam să fac ceva bine.

Dar şi că îmi plăcea să observ greşelile celorlalţi pentru ca apoi să le scot în evidenţă, să îi chinui cu propriile lor erori.

Aflu că *e necesar a răspunde nevoilor personale şi ale celor din jur*.

Ce trăsnaie mi se pune în cârcă. Povestesc pentru prima oară ce fac cu ăia 17 oameni. Rămâne cu gura căscată şi îmi zice una nesărată.

— *Responsabilizarea are la bază auto-cunoaşterea*. *Care poate fi extinsă la nivel de grup prin comunicare*, *cooperare*, *competiţie loială*, *drepturi*, *îndatoriri*, *limite*.

Face pe entitatea atotştiutoare cu mine.

Mă joc că nu eu eram cea care decidea pentru mine. Deşi ştiam că eu o convinsesem pe mama să îmi dea chiriile pe mână şi eram în stare să fac lucruri bune cu banii mei.

Numai că nu sunt mândră de acel lucru. Vreau o confirmare a putinţei mele în a mă angaja ca oamenii normali, sau o confirmare a faptului că sunt normală aşa.

Sau măcar să mă fi simţit în stare să-mi scriu lucrarea de dizertaţie. Mă lua un ghem în stomac numai când mă gândeam că trebuia să o scriu.

Mi se spune că evit să decid pentru mine.

Nu înţeleg de ce, mie doar îmi e frică că voi da greş în lucrarea academică.

Jelanie mare. Mi se distrage atenţia cu o nouă temă: *inventariere şi ierarhizare calităţi pentru înţelegerea responsabilităţii*

— Cum să fac eu aşa ceva?

— Iei o foaie, o împarţi în două – *ce pot*, *aici şi acum* şi *ce aş vrea*, *proiect*. La nivelul celor trei trei cadre despre care am mai discutat, *social*, *solitudine şi cuplu*.

Pare ceva mai complex ca însăşi dizertaţia. Dar, cine ştie, dacă reuşesc s-o fac atunci scap de frică, poate mă las şi de bâţâială.

Mă încâlcesc în demonul plăcerii şi monstrul neasumării. Aşa, de dragul entităţii, să vadă că i-am asimilat conceptele. Imit şi frizez. Sunt ridicolă şi nebună.

Mă convinge că trebuie să-mi dezvolt componentele mai puţin reprezentate într-un proiect personal. Iau foc. Pe *trebuie* îl hulisem toată copilăria. Iar la maturitate trebuia să mă bâţâi cu orice preţ.

Îmi este sugerată varianta necesităţii.

Fâs. Necesar e să am încredere în mine suficient încât să nu mai fac pe neştiutoarea, să nu mai frizez neînţelegerea.

Mi se spune că încrederea se construieşte, nu se

primeşte aşa cum credeam eu. Ies la înaintare cu o serie de relatări menite să mă dezvăluie aşa cum sunt.

Copilăria mi-am petrecut-o în cea mai mare parte printre adulţi.

De multe ori eram trimisă la treburile mele copilăreşti pentru că problema în cauză „nu e de mine” sau „nu e pentru un copil”. Mi-am prelungit auto-percepţia de copil şi în cazul interacţiunii cu cei de seama mea. Mai mult, în copilărie mi-am făcut un obicei din a le face jocul adulţilor. Frizarea necunoaşterii era o strategie de a le mai face niţel în ciudă. Făceam pe copilul neştiutor când eram admonestată, nu îmi convenea ceva sau pentru ca pur şi simplu să le pot arăta maturilor contrariul. Aveam impresia că îi făceam să se simtă prost, făcând eu pe proasta.

Pândeam momentele în care puteam să-i fac pe ceilalţi să se simtă prost.

Entitatea se înfoaie. Aflu de cinism, orgoliu şi necesitatea de a face o „prefirare cu trecutul şi aşteptările mele”. Mă invită „să îmi dau voie să ies din starea de copil”.

— Aha. Şi cu frica de supranatural ce fac? Încă îmi e frică să dorm singură în casă. Ia staţi aşa şi ascultaţi că pe asta nu v-am povestit-o bine.

Eram insomniacă şi ceream cu înfrigurare să dorm cu cineva. Îmi ţineam companionul treaz în pofida protestelor şi rugăminţilor acestuia. Ritualul meu de adormire putea dura câteva ore bune. Făceam pipi şi beam apă de mai multe ori, căutam subiecte care să ţină omul treaz.

Mai mult, în jurul vârstei de nouă ani am început să mă interesez enorm de fenomenele paranormale. Găsisem prin casă o carte „Fenomene Parapsihologice”. Am citit-o de mai multe ori. Îmi cumpăram revista „Paranormal”, deşi toţi din familie mi-au explicat că nu e bine să mă intereseze de acest segment, mai ales cu fricile mele de întuneric.

Nu le-am dat ascultare, am continuat să-mi cumpăr

revista pe ascuns. Am dat-o uitării de îndată ce a apărut ProTv-ul ce transmitea Dosarele X, La Limita Imposibilului, Zona crepusculară şi fel şi fel de filme horror. Nu aveam voie să mă uit la filmele de groază însă dat fiind că ceilalţi adormeau, priveam cu nesaţ şi groază la ecranul cu monştri. Filmul Poltergeist m-a impresionat teribil.

Iau o pauză. Ia şi agentul o pauză. Plimbă ochii de la stânga la dreapta. După care îmi zice „frica de necunoscutul întunericului apare la copil atunci când nu reuşeşte să aşeze lucrurile în manieră logică”.

Binee. Las că vezi tu! Îmi fac complicăciunea aia de temă. Bag la sforăieli până nu mai pot. Mai ceva ca într-un fragment despre munca patriotică şi măreţele realizări ale partidului comunist.

Scriu că cea mai mare plăcere a *solitudinii e bâţâiala şi mi-aş dori să o convertesc în intelectualizare şi muncă fizică*. Mi se face frică.

Intru într-un basm.

Duhul agentului se sparge în zâna afirmativităţii şi zâna responsabilităţii. Vin lângă mine.

— Ohooo! Lume nouă. Să mă prezint. Eu sunt Viorela. Dar când mă bâţâi sunt Vio, porecla mea din copilărie.

Se dau mai lângă mine şi mă privesc cu ochi mari.

— Cum adică ca şi cum eşti încă Vio? Dar Vio e parte din tine… Îmi spun ele într-un cor.

— Păi, dacă fac lucruri rele, sunt încă Vio. De aceea şi zic, ca să mă departajez puţin, să mă văd mai bine atunci procedez cum nu trebuie.

Sunt chiar puţin mândră de ce le spun zânelor şi mă întreb de ce se uită acum aşa de dezamăgite la mine.

— Raportându-te în felul acesta te pierzi pe tine. E aberant. E o contradicţie de-a dreptul patologică să vorbeşti despre tine ca şi cum tu eşti la persoana a treia. Acest „ca şi cum” nu are sens din perspectiva persoanei. Doar copilul mic care nu are contact cu sine face aşa. Pe la doi-trei ani, „el, bebe” face şi drege. După trei ani copilul

îşi dă seama de individualitatea sa şi începe să spună „eu”.

Cuvintele zânei Responsabilităţii mă stupefiază. Dar cred că are dreptate, am tot perpetuat fel şi fel de faţete ale copilului.

— Tu eşti Vio, eşti toate aspectele tale, bune şi rele. Ţi le asumi frumuşel cu ochii realităţii, ai maturităţii, ai reconstrucţiei. Să te percepi ca şi cum nu ai fi tu cea care face, aproape că e boală. Duci mai departe compulsiv un rest al ţâncului ce erai până în trei ani, ce nu putea să spună „eu” şi spunea „ea, Vio”. E un clivaj, o disociere de tine însăţi. Nu te afirmi, nu faci decât să menţii în continuare copilul neadaptat din tine, doar că în cuvinte mari. Fii coerentă cu tine şi nu te mai înfuria acum că îţi spun toate acestea. Afirmarea persoanei duce la diminuarea furiei.

Într-adevăr că mă uit la zâna Afirmativităţii cu ciudă. Simt că mă dăscăleşte cam tare şi nu merit. Copilul din mine se răzvrăteşte nespus. Simt că am gura pungă. De ce? Pe de-o parte pentru că ţâncul din mine se enervează că apare perspectiva de a nu mai fi copil şi pe de altă parte, adultul din mine se enervează văzând copilul înfuriat.

Zânele se uită la mine cum mă cuget înnegurată şi mă pun la încercare.

— Bravo Vio! Zânele sunt mândre de tine, chiar dacă le-ai cam supărat cu ce ai scris tu în caiet. Zâna Afirmativităţii îmi vorbeşte cu puţintică ţâfnă.

— Mulţumesc, dar…

Îi spun eu puţin deranjată de tonul ei, dau să îi spun că am înţeles. Zâna Responsabilităţii mă întrerupe, mi-o taie din scurt.

— Dă-i acolo mai departe, continuă să spui ce faci şi ce îţi doreşti.

— Păi…

— Niciun păi, continuă să spui ca şi cum noi nu am fi aici, ca şi cum ai vorbi despre Vio.

— E ciudat acum. Taman ce mi-aţi explicat şi am şi

conştientizat…

— Desigur. Dar vrem să fim sigure că ai înţeles. Auzite, simte-ţi nepotrivirea, vezi-ţi clivajul… Nu prea îmi vine şi totodată îmi vine. Trag o gură zdravănă de aer în piept şi îmi dreg glasul.

— Deci… Vio disecă aspectele cotidiene, însă cu o înclinaţie spre a negativiza situaţiile şi îşi doreşte să pozitiveze concluziile disecării, să vadă şi partea plină şi aspectele ce pot face viitorul constructiv şi frumos. Acum i-aş spune Viei că dramatizează.

— Dar Vio, cine e Vio asta?

Mă întreabă vădit curioasă zâna Afirmativităţii.

— Cine să fie? Chiar eu, nu v-aţi dat seama până acum, chiar în aşa hal mă luaţi în derâdere?

— Aha, ia mai zi ce îţi doreai tu.

Îmi spune grăbită zâna Responsabilităţii.

— Vio visa cu ochii deschişi şi construia de cele mai multe ori situaţii pe care nu le punea niciodată în aplicare şi avea în proiect să înceapă să viseze constructiv, visele să devină treptat o parte integrată a realităţii…

— Tu te auzi cum vorbeşti? De ce te exprimi atât de complicat?

Am auzit-o pe zâna Afirmativităţii, dar am preferat să îmi continui discursul.

— Vio fantasma de mama focului în timp ce mă bătâiam… ore în şir trăiam cu ochii minţii, situaţii care mai de care. Cred că mai mult de jumătate din viaţă am consumat-o la nivel de fantezie.

Zâna Responsabilităţii intervine.

— În primul rând vreau să îţi atrag atenţia că în continuare te învârţi după deget, cu toate cuvintele tale alambicate. Dar spune dom’le simplu! Ce îţi doreai?

— Să…

Îmi duc automat mâna la gură, să o miros puţin, în timp ce îmi căutam cuvintele simple. Harpia miroselii a bătut în carne şi oase la uşă.

— Haide, lăsaţi-mă înăuntru, trebuie să liniştesc copilul. Ce îl certaţi atât, că se străduieşte sărmanul.

Zâna Responsabilităţii i-a deschis. Ca să fie tacâmul complet, harpia a venit însoţită de demonul văicărelii, o altă prezenţă insidioasă în grămada mea de aspecte disfuncţionale. L-a invocat harpia de îndată ce mi-a plâns de milă.

— NU, nu mai vreau! Spun eu înfricoşată la vederea harpiei îmbrăcate în fetide haine. Dar simt cum îmi strălucesc ochii de îndată ce au poposit asupra pufosului demon.

— Ieşi afară! Mi s-a urât cu tine, chiar de cred că îmi faci bine! Eşti un demon cald, ce în lene mă face să mă scald. Tu şi cu maştera în haine împuţite veniţi la pachet. Ea îmi dă iluzia că mă iubesc şi tu mă învrăjbeşti ca pe ceilalţi să-i hulesc, să le zic că din vina lor nu-s responsabilă.

Se pare că am spus cuvântul bun. Zâna Responsabilităţii îi trimite frumuşel în neant cu o atingere din magica-i baghetă, apoi mă ia la dăscălit.

— Măi Vio, degeaba zici tu că ai început maturizarea, uite ce uşor te-au cotropit demonii…

— Dar eu sunt Viorela acum!

Îi spun eu de-a dreptul intrigată.

— Cum vine asta? Să vorbeşti despre tine însăţi la persoana a treia? Ce meşteşug de prostie mai e şi ăsta?

Zâna Afirmativităţii se răţoieşte de-a binelea la mine.

— Vai dar ce urât vorbeşti! Nu credeam că o zână poate grăi asemenea cuvinte…

— Hai, hai că nici tu nu eşti mai dihai! Ştim noi că uneori înjuri mai rău ca un birjar şi acum faci pe preţioasa.

Poate că am vrut să îţi atrag atenţia asupra felului tău disociat de a vorbi despre tine…

— Că bine mai spui, sora mea. Dragă Viorela, bucuria copilului se flexibilizează şi ajunge în maturitate. Dar cu alte valenţe, copilul liber, adaptat.

Responsabilitatea îmi vorbeşte pe un ton grav. Îmi dau seama cum visatul meu fără punere în practică mă bagă într-un hău nesfârşit. Afirmativitatea parcă îmi citeşte gândurile.

— Visarea ta cu ochii deschişi, ce-ţi ţinea loc de afirmare nu e tot a ta? Nu eşti tot tu cea care a scris acolo în caiet? Mă întreabă ea.

— Ba da… Îi spun eu ţinând ochii în pământ.

— Crezi că te ajută în vreun fel să vorbeşti despre tine ca şi cum ai avea doi-trei ani? Mă întreabă zâna Responsabilităţii pe un ton cald.

— Hmmm, nu ştiu ce să zic. Ceilalţi mă vor ba copil, ba adult.

— Tu te preschimbi pentru ceilalţi sau pentru tine?

— Ăăă… în primul rând pentru mine…

— Nu se vede, pare că vrei să-ţi cimentezi clivajul cu toată gramatica asta pe care o foloseşti.

— Bine am înţeles. Reiau. Sunteţi atente, mă ascultaţi?

— Nu te mai alinta atât!

— Bine! În solitudine îmi pun toate ipohondriile la înaintare. Mă mai chinuie monştrii născuţi dintr-o negare a propriului corp… Dar e şi logic. După bâţâială, o rafinare a negării, sunt fricile de boală. Îmi doresc ca ipohondria să o transform într-un stil de viaţă sănătos. Adică sport, dietă, igiena somnului, controale periodice. E bine? Sunteţi mulţumite?

— Tu eşti mulţumită?

— Păi de ce nu?

— Păi de ce da?

— Că vreau să mă controlez!

— Eşti obsedată de control! mai bine fluenţă căci controlul absoarbe, consumă, duce în anxietate.

— Pe bune? Şi ce sfat aţi avea?

— Să oglindeşti interiorul în mod real. Să te preocupe mai mult ideea de cuplu.

— Sună complicat. Nu mă interesează partea cu iubirea şi cuplul.

— Noi plecăm, spor la treabă în continuare.

Şi ca prin minune camera a rămas deodată goală.

Dar vine agentul terapeutic. Îmi zice de mecanismele mele dezadaptative, de conştientizare şi asumare, prin care ajung în maturitate.

Arunc cu noroi în maturitate. Asociez cicăleala cu maturitatea.

Cică trebuie să văd că părinţii au fost la rândul lor copii şi îşi proiectau propriile lor nelinişti şi obiceiuri asupra mea. Şi nu o făceau conştient sau din răutate.

— Bine, atunci am fost zăpăcită iremediabil de mediul haotic la care am fost expusă!

— Ce vrei să spui?

— M-am născut într-o familie complicată. Sărbători, aniversări, petreceri, vizite. În casa copilăriei mele a fost mai mereu o viermuială ameţitoare de rubedenii şi diverşi oameni – trei perechi de bunici, verişori, o soră vitregă, unchi, mătuşi, prieteni şi cunoştinţe.

— Paleta de personalităţi, emoţii şi contexte a contribuit la dezvoltarea personalităţii tale.

— Aha şi atunci de ce mă bâţâi? Bine, trebuie să recunosc că înţeleg rapid şi cu profunzime situaţiile sociale.

— Lauda de sine nu miroase a bine.

— Măcar la ceva să fiu şi eu bună. Că de treabă normală se pare că nu. Oftez prelung.

— Poţi acţiona direct cu bucurie. În timp ce te observi. Prin auto-analiză îţi descoperi valenţele.

Mă joc de-a o viitoare formare în coaching. Începe o prezentare despre *tipurile de afinităţi şi gestionarea unui grup social*. Mă plictiseşte până la lacrimi. Nu pot să urmăresc. Mă duc la toaletă, pe urmă aduc nişte bomboane. Mănâncă şi agentul cu mine. Prind forţă să-i zic despre frica mea de eşec cu lucrarea. Îmi explică cum *frica*

de eşec se auto-alimentează. Îmi desenează o spirală pe caiet. Sunt confuză.

— Bine, bine, dar cum o biruiesc?

— Îl accepţi pe acel „cum se cuvine”.

— Adică?

— *Atenţie concentrată, aşteptări în acord cu potenţialul, cu ce ştiu, cu ce pot. A fi constant e o dovadă de a fi cum se cuvine. Răbdare, atenţie, cursivitate, fluenţă. Fără opriri, amânări, divagaţii*.

— Eu mă bâţâi constant!

— Îţi poţi lua o posibilă temă despre ce nu îţi este util şi vrei să schimbi.

Nu îmi fac tema. Prea se obişnuise să mă conformez. Plus că bâţâiala e tot acolo. Fac terapie de mai bine de şase luni şi tot n-am reuşit să scap de ea.

Vine entitatea. Mă plâng mai rău ca niciodată. Nici de joacă sau fâţâit prin cameră nu-mi mai arde.

— Haideţi să lăsăm dracului toate complicăciunile. Vreau o tehnică rapidă de a scăpa de ticul ăsta idiot.

— Te poţi gândi la una din valorile tale…

Îmi îndrept spinarea, îmi împreunez mâinile în poală şi îi privesc domnia pătrunzător în ochi în timp ce îi zic una grea.

— Nu vă este clar că nu pricep cum stă treaba cu valoarea. Trebuie să îmi explicaţi.

— *Valoarea apare din emoţie*.

— E circular şi abscons.

Ia o pauză şi continuă dezlânarea cognitivă. Mă face să mă simt inteligentă.

— *Dacă aşezi valoarea raţionalizând apare emoţia*.

— Poftim?!

— *Valoarea apare după ce a fost experimentată o emoţie pură, apoi în conştiinţă cu folos a fost aşezată. Emoţia poate apărea şi din raţionalizare, numai să îmi dau voie să o simt, căci ea este deja acolo*.

Treaba cu emoţia pură mi se pare o gogomănie. Cum

s-ar descrie o emoţie impură? Probabil ca una rea.

Însă nu mi se pare că fac educaţie morală ci psihoterapie.

— Ce valoare ar fi indicat să abordăm în cazul meu?

Îşi revine şi îmi vorbeşte despre valoarea unui măscărici. Desigur că ajunge la mine şi îmi spune că *a mă măscări înseamnă a nu mă afirma în totalitate*.

— Staţi aşa că am priceput cu valorile! Vreau afirmare, respect, fericire, linişte.

— Le poţi obţine.

— Cum?

— *Terminând lucrurile pentru a construi bucuria*.

Îmi zice subtil de lucrare. Îi zic şi eu de exerciţiul complex pe care îl făcusem cu cele trei cadre ale eului.

Observ că se bucură când îi vorbesc despre ce impact au temele pe care mi le dă.

Îi perii puţin performanţa. Îi zic că nu mai iau Stilnox, nu îmi mai zgândăresc buba. Îi şi mulţumesc. La final întreb cum vede intuiţia. Aflu că *e un raport între potenţialităţi şi finalitatea acceptată*.

Eu aş fi zis că e finalitatea reuşită. Deci agentul meu e calat pe conformism, vrea acceptare.

Dar şi eu! Numai că nu prin conformism. Dar cine ştie, dacă mă conformez la ce mi se zice, atunci scap naibii de harpia vieţii mele.

Toată existenţa mea e o tensiune pe care o calmează harpia bâţâielii. Nu înţeleg ce este aceea relaxare în afara repetitivului act. Am insomnii şi din când în când mai iau câte un Lexotan.

Harpia bâţâielii e punctul terminus al unui bolovan de demoni şi monştri pe care îl car ca Sisif în cârcă. Mă bâţâi ca apucata. Nu pot să trimit harpia la plimbare.

Îmi este peste puteri să ies de sub imperiul dorinţei de a mă lovi ritmic cu spatele de perna moale.

Pentru că e singurul lucru care îmi calmează tensiunile născute de demoni. Demonul plăcerii are

subordonaţi mai mulţi monştri pociţi, cu care îşi face treaba în echipă.

Monstrul „fricii de eşec” cu fratele lui geamăn, monstrul „neîncrederii” sunt în cârdăşie strânsă cu monstrul „perfecţionismului”. Mă fac să amân acţiunile bune pentru că îmi e frică că voi da greş. Frica aceasta mă pietrifică şi totodată mă tensionează până la apariţia atacurilor de panică. Ca s-o domolesc şi s-o ostoiesc mă duc fuga, fuguţa în braţele harpiei bâţâielii. Ea e mareşalul comportamentelor mele dezadaptative. În sânul ei s-au născut demonii compulsivi ai plăcerii şi ai visatului cu ochii deschişi. Ei au făurit perfecţionismul care a adus în ograda mea afectivă frica de eşec şi neîncrederea.

Dar dincolo de fantasmele mele cu metafore chiar vreau să încetez. Măcar de bâţâială să scap dacă lucrarea de dizertaţie nu mi-o scriu.

La terapie fac şi mai puţin vălmăşag şi îi zic entităţii că vreau să am încrederea să mă apuc de treabă. Îmi dă o temă, să scriu cu ce asociez încrederea.

Pfaa! E ca şi cum mă pune să vorbesc de funie în casa spânzuratului. Ies în oraş cu gagicul, beau bine, ajung la el acasă şi scriu tema fără să mă gândesc prea mult.

Ce mă face să am încredere?

1. cunoaşterea

2. controlul

9.04.2010

3. liniştea dată de situaţia familiară

4. potenţialul de noutate intelectuală acceptată în termenii existentului sistem valoric

5. similaritatea comportamentală

6. sistematizarea înregimentată (acceptată ca normă) ce duce la un rezultat cu şanse mari de reuşită

7. deschiderea afectivă a interlocutorilor

8. un limbaj non-verbal deschis şi prietenos (mă bagă în seamă în sensul laudei şi comunicării mutuale)

9. auto-dezvăluirea reciprocă în urma căreia s-a ajuns

la rezultate similare (avem aceleaşi percepţii şi trăiri) Până acum m-am limitat la încrederea rezultată în urma procesului de interacţiune cu alţi oameni. Ce oare mă face să am încredere dincolo de sfera interacţiunilor cotidiene cu ceilalţi? Primul lucru care îmi vine în minte este o cifră romană, de fapt mai multe…

I. soarele

II. *culoarea alb*

III. – e foarte greu!!! cum ajung să am încredere într-o situaţie în care sunt de una singură?!

IV. existenţa unor fundamente pozitive înainte de contextul dat

V. încrederea e asimilată cu senzaţia de înălţare şi plenitudinea şi suficienţa relativă (e bine aşadar totuşi poate fi mai bine decât acum, dar hai să ne bucurăm pe moment)

— Satisfacerea nevoilor primare (mâncat, somn, băut, afecţiune) – totuşi e oarecum idem cu IV – deci?! – dar în acest sens mi se va construi *încrederea, adică, fundamente pozitive a) reuşită în ce mi-am propus b) laudă* c) *afecţiune d) comunicare mutual-avantajoasă – să ştii că te-ai construit pe tine şi totodată l-ai construit şi pe celălalt*

VI. perspectiva unei reuşite, adică controlul…

Totuşi, cum s-ar construi încrederea dincolo de fundamentul potenţial controlat?

VII. Eu exist şi am plenitudinea funcţiilor umane la parametri maximi, tocmai de aceea ar trebui să am încredere… Şi „trebuie" e un cuvânt care îmi decimentează încrederea… Deci… Am încredere pentru că sunt un om care funcţionează… à încrederea există, numai că ea este deconstruită.

Ce o deconstruieşte?

1. frica de a nu reuşi

2. frica de necunoscut

3. frica de a nu fi important

4. frica de a nu conta

5. Înecatul la mal – mi se pare că am realizat ceva mirific şi mă opresc să contemplu asupra ceea ce am făcut, exact cum fac şi acum. Sau mă opresc ca nu cumva să mă obosesc prea tare… Sau, mai rău, mi se pare că am făcut destul, deşi sunt absolut convinsă că puteam face mai mult.

E o volbură. Şi o nevoie de control zisă sub toate formele. Mai apare şi nevoi de laudă şi suport afectiv.

Apar şi părţi din discursul agentului.

Îmi citesc pomelnicul ca un orator. Mă simt chiar bine când o fac.

Aflu că *„se necesită să fiu mai lejeră în a-mi asuma încrederea autentică”* şi sunt în *auto-suficienţă*.

E ceva ermetic. Mă foiesc, mă joc cu pisica.

Continuă. Aflu că expusesem o *„luptă cu mecanismele de apărare”* şi *„mă toxifiez”* (?!). Mă revolt. Chiar aşa? Eu vreau încredere şi sunt făcută de doi bani?

Se îmbunează. Aflu că am acolo două simboluri bune, care arată că sunt capabilă să îmi depăşesc limitele.

Soarele e din cele mai vechi timpuri un simbol al dinamismului, al vigorii şi al creşterii. Albul este culoarea ce reflectă lumina în mod egal pe toate lungimile de undă ale spectrului vizibil, fără ca acestea să fie absorbite. În mai toate culturile albul este asociat cu inocenţa, binele, onestitatea, curăţenia, începutul, noutatea, neutralitatea şi uşurinţa.

Vede că mi se schimbă dispoziţia. Revine la ocări. Mă povăţuieşte să-l înlocuiesc pe „trebuie” cu „vreau, pot şi ştiu”.

Îi explic că mă tensionează. Degeaba. Bate iar apa în piuă pe mecanismele de apărare.

De parcă ştiu eu exact ce sunt alea. Bănuiesc şi mă fac că am habar. După care sar de la una la alta şi mişun prin cameră până la sfârşitul şedinţei.

Îmi dă o temă – *ce mă face să mă afirm*. Îmi zice ca data viitoare să vin la cabinet. Oo, interesant de-abia aştept să fac şi eu terapie normală.

Nu se întâmplă. Mă sună să-mi zică că s-a gândit mai bine şi e mai ok să ne continuăm ritmul normal. Tema e deja făcută.

1. Să dau frâu liber intuiţiei şi subconştientului prin minimizarea contextului plin de constrângeri.

2. Odihna şi programul ordonat (dormit, mâncat).

3. Nevoia de atenţie.

4. Nevoia de a lăsa ceva în urma mea – e latentă, o conştientizez dar îmi este frică de ea, să o las să se contureze, pentru că poate nu voi reuşi.

5. Frica de a nu fi relevantă – chiar dacă îmi este frică de context şi de eşec mă afirm, dar nu îmi este comod.

6. Dorinţa de a ieşi în evidenţă.

7. Rar, dorinţa de a înţelege mai bine lucrurile din jurul meu.

Mă ascultă ca un dascăl în timp ce citesc. Pentru prima dată am o senzaţie de nelalocul meu. Mă simt bizar, ca atunci când eram mică şi mă puneau părinţii să zic poezii.

Termin repede şi începe critica savantă. Deh, menţionasem subconştientul. Mă activaseră toate comentariile despre mecanismele de apărare.

— Ce vezi tu drept constrângeri?

— Frica, ruşinea, bâţâiala…

— Ruşinea e un blocaj.

— Aşa şi? Cu toţii suntem educaţi întru ruşine. Chiar şi dumneavoastră.

Se face că nu mă aude şi începe să vorbească ca şi cum aş vorbi eu. E o noutate. O fi citit ceva nou şi aplică pe mine. Îi intru în joc.

— Ce mă face să pun blocajul? Dacă îl înlătur mă afirm.

— Cum?

— Flexibilizare. Când? Cum? Cât ajustez.

— Asta ar trebui să-mi spuneţi dumneavoastră.

— Pot să-ţi spun că la punctul doi ajungi prin *homeostazie*.

— Ce-i aia?

— *Echilibru reflectat la nivel somatic ce se răsfrânge identic la nivel psihologic*.

Notez în agendă, mă ridic şi ies din cameră fără să-i spun nimic. O fi citit şi entitatea câte una alta, dar nici chiar aşa să mă cotonogească cu idei din cărţi.

Mă întorc. Mă aşez şi nu spun nimic.

Se uită cu vagă perplexitate la mine. Îi susţin privirea fără să clipesc. Bagă un ton părintesc.

— Vio, nevoia ta de atenţie e o formă de reactivitate.

— Asta bănuiesc şi eu. Ce fac cu ea?

— *Nu mai sunt reactiv şi investesc energia constructiv şi util. Bâţâiala poate fi un extrem al reactivităţii*.

— Ce zic eu la 4? Că am o nevoie de a lăsa ceva în urma mea. E cam tot aia cu ce spuneţi dumneavoastră. Înghite în sec.

— Nu voiam să ţi-o spun dar *frica ta de a nu reuşi poate fi corelată cu o frică de creştere*.

E o argumentare la care nu mă aşteptam. Mă întind pe canapea. Îmi pun picioarele pe perete şi privesc tavanul. Timp în care îi povestesc cu nesaţ cum mi-am bătut joc de cicăleala de bună creştere a părinţilor. Îmi subliniază că sunt un ţânc care face gălăgie şi refuză să se maturizeze.

Drept răspuns încep să dau din picioare ca gândacul răsturnat şi mă scălâmbăi. Râde.

Mă invită să îi povestesc ceva de dragul povestirii, căci este o formă de afirmativitate. Mă joc niţel. Apoi revin brusc la punctul 4. Explic că frica aia de creştere e de fapt lene.

Primesc o nouă temă – *ce e lenea la mine*. O fac şi pe asta.

1. Frică – să nu dau greş, să nu mă suprasolicit, să nu

mă îmbolnăvesc, să fiu mediocră.

2. Amânare.

3. Bâţâială

4. Rareori contemplare – în loc să acţionez prefer să stau să analizez dintr-o postură detaşată.

5. Lenea e să fac orice altceva în afară de ceea ce trebuie!!!

Citesc. Aflu că *frica este o raţionalizare*.

Şi că *prin bâţâială consum timp şi energie, rămân în aceleaşi comportamente, nu îmi dau voie să cresc interior*.

— Cum adică să cresc interior?

— *Să nu îmi mai pun restricţii, să dau la o parte ceea ce e toxifiant, să intru în decizie mai repede*.

— Uşor de spus greu de făcut!

Mă fâţâi niţel prin cameră. Mă întreb dacă „toxifiant” e un cuvânt acceptat în vocabularul limbii române.

Nu am vreme să îmi deschid calculatorul şi să verific. Aud cum mi se spune că îmi consum furia. Îi explic că e o supra-raţionalizare care mă blochează. Şi că furia e ceva bazal, prezent atât la oameni cât şi la animale. Îi povestesc de o carte pe care o citisem în copilărie despre instinctele necondiţionate care pot fi de fapt condiţionate. Erau aventurile unui naturalist din Rusia, care făcea experimente mai ceva ca Pavlov.

La un moment dat îmi zice că *„tot contemplând şi analizând se face acolo o stază, un blocaj şi îmi apare furia”*.

Vai de mămicuţa mea dar ce se contrazice. Mai deunăzi mă îmbia pe şapte voci să mă dau pe simplitate şi îmi zicea că mă pierd printre idei.

Mă rog, râde ciob de oală spartă. Nici măcar să mă stăpânesc să nu mă mai bâţâi nu-s capabilă. Mă duc la baie, îmi iau pisica cu mine, pe săraca Tobi şi revin cu poftă de balamuc.

Până la sfârşitul şedinţei fac o ciorbă de modalităţi prin care m-aş fi putut lăsa de bâţâială. De la şocuri

electrice, la hipnoză, la tehnici şamanice, la oprobriul cel mai de jos suferit pe o scenă la un concert. Sau într-o piaţetă publică. Sau poate chiar o bătaie cu biciul, să îmi bage minţile în cap. Şarjez la maximum. Ajung la ameninţare cu arma, apoi la împroşcare cu oţet. Că nu sufăr mirosul.

Râde, cică *prea multe opţiuni duc la amânare*.

Până la şedinţa următoare mă tot uit pe notiţe. Chiar vreau să scap de bâţâială. Mă bat cu pumnul în piept că vreau, de cum intră agentul pe uşă.

Aştept să se aşeze şi o iau de la început. Mi se adresează sfătos, cu o tonalitate mai joasă a vocii.

— *Bâţâiala este conştientizată…*

— N-o mai suport! Vreau să scap de ea!

— *M-am săturat eu de ea şi e alegerea mea să renunţ*.

— Ehee. Dacă puteam o făceam de una singură, nu apelam la dumneavoastră.

— Te poţi *detaşa în a vedea sintetic*.

— Ce să văd? Bâţâială, oglindă, fumat, bubă?

— *Sunt mecanismele insidioase pe care le putem observa şi vedea*.

— De ce mă uit în oglindă?

Începe să-mi explice fazele psihologice ale oglindirii. Între *1 – 1, 5 ani copilul începe să se perceapă ca individ*, *pe la 4 – 5 ani se diferenţiază cu ajutorul oglinzii*, *iar în adolescenţă îşi constată semnele pubertăţii*, *devine om mare*.

— Şi la ce mă ajută să ştiu astea?

— *Poate fi vorba de introiecţie mai multă decât ar fi fost nevoie*.

Notez şi mă duc să-mi iau apă. De data asta vrea şi agentul. Dă gata paharul şi începe să mă bombardeze cu tot soiul de informaţii despre bâţâială.

Face ce îi făcusem eu data trecută.

Cică *destructurarea bâţâielii e similară cu demersul*

de desensibilizare în fobii. Îmi prezintă o metaforă, *cum pierderea bâţâielii e ca pierderea cojii unei bube*.

Apoi îmi explică cum *prin bâţâială pierd energie de viaţă, refuzând-o chiar, deoarece o arunc bâţâindu-mă*.

Casc.

Mă asigură că pot ajunge la homeostazie.

— Cum?

— *Observă un bebeluş, care îşi face homeostazia foarte natural*.

— Am văzut eu asta, tata era pediatru… Mai ziceţi acolo de bâţâială.

— Te poţi pune într-o metapoziţie faţă de tine însuţi.

— Ce-i aia?

— *O stare în care m-aş percepe ca şi cum aş fi o altă persoană, neutră, care mă observă chiar pe mine; un joc în locul cuiva ce are rolul de a mă observa chiar pe mine*.

— Am făcut asta când am avut revelaţia uriciunilor mele. N-am putut să le opresc. De acea m-am apucat de terapie.

Oftează. Plimbă ochii de la stânga la dreapta şi îmi zice nişte trăsnăi epocale. Cică *„bâţâiala e un gest infantilizant"*.

Aparent după domnia agentului *„fiecare individ are anumite conţinuturi preperceptiv" e* şi probabil că *„Bâţâiala mea a apărut ca un act ce încearcă să reitereze permanent iubirea, grija şi atenţia ce le prim*eam *necondiţionat pe când eram sugar"*.

Cică *„la un moment dat am experimentat sentimentul de abandon şi ca o consecinţă a acestuia am vrut şi mai multă iubire şi atenţie, chiar dacă mi se ofereau"*.

Casc din toţii rărunchii.

La sfârşit zice una bună care are darul de a mă înciuda suficient de mult încât să mă las de bâţâială.

„Bâţâiala poate fi amânată în sens pozitiv, poate fi gestionată prin auto-observaţie şi poate avea loc o desensibilizare treptată a nevoii compulsive de a mă

bâţâi".

Îmi cam furase treaba cu amânarea de la şedinţa precedentă!

În rest notasem o sumedenie de complicăciuni. Îmi spun că persoana cu care făceam terapie e cam dusă cu pluta, de mă îndeamnă la simplitate în condiţiile în care îmi descria lucrurile prin fragmente ce păreau a fi desprinse din cărţi de psihoterapie.

Mă apucă groaza. Am zis că îmi arunc timpul şi banii pe fereastră.

Totuşi investisem terapia cu autoritate şi competenţă. Mă adresam folosind doar pronumele personal de politeţe, pe dumneavoastră, chiar şi atunci când necăjeam şi luam în derâdere.

Cum stau eu aşa înciudată şi cu braţele la piept, îmi amintesc ceva.

Mama mea se legăna înainte să adoarmă. Îmi zic că de la ea oi fi luat obiceiul. Poate că dormea cu mine la început, mă obişnuisem cu legănatul înainte de somn. Odată ce nu mai dormise cu mine începusem şi eu clătinatul. În felul meu, ca bâţâială.

Eu pot să trec dincolo de ce făcea mama. Şi nu treptat. Vreau să arăt că sunt puternică şi pot dintr-odată.

Să surprind ochii, terapeutici, să vadă că s-au înşelat cu desensibilizarea redată mecanic din carte.

Nu, mi-e imposibil să reuşesc! Dar hai măcar să încerc. Mă pot folosi chiar de amânarea cea pozitivă. Bun, acum în vine să mă bâţâi. Stai că o fac peste juma de oră.

Mă stăpânesc cu mare chin ca nu cumva să dau fuga fuguţa la canapea şi să încep a mă zdruncina. Ies pe afară.

Revin acasă. Îmi fac de lucru, mă vânzolesc, fac curat, pun lucrurile în ordine. Mai sun pe câte cineva ca să sporovăiesc verzi şi uscate şi să-mi iau gândul de la incontrolabila pulsiune.

Stai aşa bâţâică, că te las mai încolo. Ai puţină răbdare. Şi tot aşa până seara. E o zi lungă, interminabilă.

La culcare îmi dau seama că am reuşit, am avut

prima mea zi acasă fără bâţâit. Iuhuu!! Stai aşa că vine şi mâine.

Şi au urmat şi altele, până la şedinţa terapeutică.

Mă motivează să arăt la terapie că eu pot dintr-odată şi nu treptat.

Sunt profund recunoscătoare entităţii. Deşi nu primesc vreo reacţie de surpriză sau gratificare. Zice doar că renunţarea la obicei a avut loc într-o zi „dăruită”. Era 23 aprilie, dată la care creştinătatea ortodoxă îl serbează pe sfântul Gheorghe Biruitorul. Realizez că entitatea e credincioasă nevoie mare. Poate chiar habotnică.

Îmi pare că nici măcar nu sunt luată în serios că eu chiar încetasem să mă mai bâţâi.

Important e că am reuşit, am biruit necontrolabilul. Şi cum-necum, entitatea asta îşi merită banii. Totuşi simt o nevoie incontrolabilă de a mă duce iar la canapea să mă bâţâi.

De zece ori pe zi. Pe puţin. Ce, sunt eu atât de slabă încât să fac desensibilizare treptată? Eu pot dintr-odată!

Numai că la nici două săptămâni după încetarea bâţâielii am început o altă activitate repetitivă şi obsesivă.

De a citi cărţile lui Jung.

Bâţâiala e înlocuită de o joacă de-a psihanaliza jungiană.

Capitolul III. Jung.

Pentru agent bâţâiala se face dintr-un armăsar năzdrăvaş un ţânţar insignifiant.

Cel puţin aşa percep eu lucrurile. Am două săptămâni de supliciu înspăimântător. Mă apasă un dor mistuitor de a mă legăna iar du-te-vino cu spatele de canapeaua din sufragerie. Aproape în fiecare oră simt imboldul de a o face iar. Noaptea visez că mă bâţâi.

Mă tângui la terapie. Mi se spune „să am încredere căci mă veghează patronul biruinţei, cel care a învins balaurul, sfântul Gheorghe”. Cică „pot amâna în continuare, pot trece dincolo de infantilizare şi abandon”.

— Păi da, însă de ce nu am acu pornire să mă apuc de lucrare? Sau să fac ceva normal şi respectabil cu viaţa mea?

— Toate vin la timpul lor, Vio…

— Nu! Omul trebuie să îşi ia soarta în propriile-i mâini, să-şi depăşească condiţia mizeră şi prestabilită!

Trebuie să ies din roata asta de şoarec a predeterminării vechilor obişnuinţe. Mă trage înapoi ca un are nenorocit! Nu mă lasă să mă înalţ!

Se uită la mine cu ochii mijiţi şi îşi împreunează braţele la piept.

— Am tot discutat despre cum *„trebuie" e înlocuit cu „e necesar"*.

— Nu. E nouă. Aţi zis că „trebuie" poate fi înlocuit cu „vreau, pot, ştiu". Lucru care m-a zăpăcit. Eu vreau multe lucruri. Dar nu cred că pot şi nici măcar nu ştiu cum să le fac. Vreau să fiu un om normal, respectat şi de succes. Pot să îmi construiesc o carieră frumoasă. Dar ştiu că a face aşa ceva doar pentru a fi în rând cu lumea e mai rău decât ar fi să mă fac miner la o carieră de piatră. Eu nu vreau să fiu sclavul corporaţiei şi al promovărilor mărunte. Nu vreau să ajung la blazarea concediilor planificate de cu un an înainte şi la discuţii de complezenţă, la conversaţii mărunte şi anoste…

— Ţi-ar prinde bine să nu mai etichetezi.

— Adică cum?

— A privi omul în ansamblul lui…

— Fix asta fac. Aţi văzut Trainspotting? Filmul acela cu oamenii alternativi?

Nu îl văzuse. Îi povestesc de ceata de heroinomani care aleseseră să nu aleagă viaţa şi dispreţuiau conformismul, slujbele stabile şi obiceiurile de consum în serie. Nu-i place. Văd că-şi strânge buzele a dispreţ şi ţâfnă. Insist şi mai tare pe voioşia cinică a personajului principal, Renton.

Evident că nu o apreciază. Mă duc şi mai departe, la

loialitatea şi impulsivitatea lui Begbie, singurul om din grup care nu se droga. Zice ceva cu patimile ridicate la rang de valori. Îmi continui înflăcărarea cu care apăr detracaţii de la marginea societăţii. Până la sfârşitul şedinţei discutăm în contradictoriu.

Rămân niţel otrăvită de conformismul şi lipsa de cultură generală a agentului. N-am vreme să-i fac micimea de ocară în capul meu. Mă iau durerile de spate.

De la şapte ani mi se recomandase kinetoterapia pentru îndreptarea scoliozei. Făcusem de câteva ori.

Numai că nu mă ţinusem conştiincios de treabă. Îmi zic că fostele ore de bâţâială le voi investi în exerciţiu fizic.

Mă duc pe la mai mulţi doctori, îmi fac şi radiografie. Mă flenduresc prin spitale şi policlinici o săptămână până să încep programul de mişcare.

Timp în care mai am o şedinţă de psiho-terapie.

Povestesc de harpia care nu se dă plecată şi nevoia incontrolabilă de a mă bâţâi. Viitorul îmi pare sumbru, nu voi reuşi niciodată să fiu un om mare şi bun.

Mi se spune că vreau să am totul fără efort, ca şi cum aş fi bătut din palme.

— Nu-i adevărat! Puteam să fac atâtea lucruri de atâta vreme. Ia uitaţi în două zile mă apuc de kineto.

Puteam s-o fac acum hăt. Am pierdut timpul de pomană.

— Nu are rost să plângi timpul pierdut, *fiecare are ritmul lui de devenire*.

— Puteam să fac mai multe! Să fi învăţat şi eu din vreme, să fi mers la olimpiade. Ce se mai ruga de mine săraca mea învăţătoare, doamna Bălaşa. Şi eu nimic… ar fi fost bine să îmi scot excrescenţa asta nedorită a bâţâielii de mai demult.

— *Nu mai fă decupaje ale realităţii*.

— Dar cum altfel?

— *Să înţeleg în curgere, nu prin decupaje*.

— Şi cum fac eu să curg mai ceva ca o cascadă?

— *Punctul de valorizare să fie interiorul*.

— Adică?

— *Să nu mai pun preţ aşa mare pe exterior şi să valorizez interiorul, să îi dau voie să iasă la lumină*.

— Şi cum dau eu voie la interior?!

— Prin *creştere interioară şi auto-cunoaştere*.

Până la sfârşitul şedinţei m-am lăsat absorbită într-o polologhie despre creştere interioară, „primenire" şi

„Trăirea în curgere a momentului de aici şi acum". Şi că „pentru a ajunge acolo trebuie să renunţ la toată suprarаţionalizarea pe care o fac".

N-am priceput mare lucru, părea un ermetism psihologizat şi mistic.

Îmi amintesc de cum îi testasem eu pe cei 17 oameni şi ajunsesem la nişte concluzii de lăsaseră cu gura căscată mai pe toată lumea. Nu le venea să creadă că îşi citesc nişte caracterizări atât de pertinente.

Mă folosisem de diverse tehnici pe care le ştiam de prin facultate, de cinci teste standard pe care le luasem de pe internet.

Şi nu în ultimul rând de testul proiectiv cu drumul pe care îl „furasem" aşa cum fură meseria vrăjitorii, de la proful din practică. La câţiva oameni mă ciocnisem de nişte situaţii pe care nu ştiam cum să le interpretez. M-a ajutat internetul, vâltoarea cunoaşterii cotidiene. Am dat de nişte interpretări făcute de Jung. Alea erau aşa, mai mistice, dar îmi folosiseră.

Plus că pe lângă cele cinci teste cu răspunsuri fixe mă mai folosisem şi de testul de personalitate Myers Briggs (MBTI).

Acesta exista şi există în continuare, în varianta lui niţeluş simplificată, tot pe internetul nostru cel de toate zilele. Are 62 de întrebări şi răspunsul este generat de algoritmul testului pe loc.

Testul a fost inspirat din opera lui C.G. Jung, psihanalistul contemporan cu taica Freud.

Acest bătrân înţelept a lăsat moştenire omenirii mii de paginii ce explică arhetipurile şi tipurile psihologice. Voiam să-i citesc operele încă de când îmi făcuse profu testul în practică. Şi, mai apoi, în 2008 îmi făcusem şi eu pentru prima oară MBTI.

Citisem niţel despre Jung şi Arhetipurile, reprezentări simbolice ale spiritului uman din cele mai vechi timpuri. Păreau a fi numai bune pentru cunoaşterea interiorului meu şi a-i facilita creşterea.

La câteva ore după ce am terminat şedinţa mă duc la librărie şi îmi cumpăr mai multe cărţi scrise de bătrânul Jung.

Preţ de încă două zile mă tot uit la dânsele, le răsfoiesc, îi citesc biografia bătrânului, pentru ca în cele din urmă să mă apuc să citesc.

O fac fix în ziua în care mă duc pentru prima oară la kinetoterapie. Încep de acasă, continui în metrou şi apoi în sala de aşteptare a spitalului Florească.

E cinci mai 2010 şi după câteva pagini de lectură îmi pare că mă lovesc chiar de spusele de la terapie.

În prezentarea vastului câmp al înţelegerii umane înţesat cu nenumărate imagini arhetipale Jung prezenta raţiunea ca pe o sumă a prejudecăţilor şi limitărilor umane (Jung, 2003, p. 23). Raţiunea, cu a sa căutare a sensului, demistifică lumea, destructurează semnificaţiile (zeii mor şi se descoperă că sunt obiecte de lemn şi piatră făcute de mâna omului) şi aduce sărăcia simbolică. Adică nu mai crezi în nimic.

Da, ştim cu toţii că Dumnezeu este mort, de la Nietzsche încoace. Numai că eu am aleg să cred că Jung nu e mort.

Îmi zic că o să fac creştere cu mine, o să îmi dau voie la mai mult, aventurându-mă pe tărâm simbolic. Cred că o să fac o epopee din lupta mea cu mine. Mă scufund într-o iluzie.

Găsesc şi menirea actului terapeutic. Era portretizat drept oglindă, „nu linguşeşte, reflectă cu fidelitate acel

chip pe care nu-l arătăm niciodată lumii, pentru că îl ascundem cu ajutorul persoanei – masca noastră de actori; se află însă dincolo de mască şi arată adevăratul chip" (Jung, 2003, p 29).

Înţelesesem că e nevoie să facem cunoştinţă cu noi înşine pentru a şti cine suntem. Îmi zic că sunt absolut specială şi săvârşisem fapta eroică de a nu mă mai bâţâi, care-mi oferă acces la drumul cunoaşterii de sine.

Şi îmi iau un aliat în drumul meu de după realizarea mea cea mare. E o fastuoasă operă psihologică, scrierea jungiană.

Cred că pot desface nodul de semnificaţii ale propriei persoane în loc de a-l înlătura în funcţie de inventarea eroică a binelui şi răului. Mă însufleţeşte posibilitatea desfacerii. Îmi pare mai interesantă ca înlăturarea. Îmi amintesc cum îmi dorisem să înlătur compulsia de a mă bâţâi în continuare ca pe o excrescenţă nedorită. Îmi devine clar că nu se poate să o înlătur, ci să îi desfac sensul.

Totodată să-mi desfac şi muşchii amorţiţi.

Intru în sala de recuperare a spitalului, mi se dau nişte exerciţii. Nu-s prea grele şi mă plictisesc. Dar îmi zic că mă voi ţine constant de treabă. Ceea ce şi fac.

Mă duc şi ziua următoare. Îl citesc în continuare pe Jung.

Bătrânul pomenea de ritul primitiv ce consta în alungarea spiritelor rele prin desfacerea vrăjii, apoi purifica şi producea analogic, adică magic, evenimentul favorabil.

Mă gândesc la ce-mi zisese entitatea despre „dăruita zi de 23 aprilie" când biruisem bâţâiala. Sunt mai puţin credincioasă, totuşi despărţirea mea de harpie s-a produs într-o zi deja încărcată simbolic de aproape 2000 de ani. Clar, a avut loc un eveniment magic, favorabil. Prind încredere în demersul meu terapeutic, intru de-a binelea în năluca devenirii simbolice prin psihanaliză jungiană.

Am şi mare motiv să amân dizertaţia, tratarea

sevrajului bâţâielii prin lectură psihanalitică. Entitatea nu are formare în psihanaliză, dar îi zic oricum despre noua mea provocare.

Aşa, nişte chestiuni mai facile, ce se pliază pe gândirea domniei sale.

Pornesc şedinţa cu un citat, „o problemă corect formulată este pe jumătate rezolvată” (Jung, 2003, p. 32), de la care încep o argumentare.

— M-am bâţâit, acu am mare caznă cu dorul de repetitivul act. Ce ascundea bâţâiala mea? Am fost susţinută în a formula un răspuns care nu mă satisfăcea.

Cică „bâţâiala îmi alina o iraţională teamă de abandon”. Mă bâţâiam ca să nu mă mai simt singură. „Teama de abandon pansată cu bâţâială reprezenta prima verigă a unui lanţ împovărător de anxietăţi ce îl tot purtam cu mine. Nu îl vedeam prea bine pentru că mă amorţeam cu bâţâială”.

Zic şi eu ca agentul chit că îmi vedeam lanţul. Îmi e frică să-mi scriu dizertaţia şi înlocuisem amorţeala bâţâielii cu un compulsiv citit din Jung.

Mă joc de-a conceptele abstracte. Îmbrăţişez cu mare emfază afirmaţia că *„anxietatea este exprimarea blocajului auto-construit şi auto-impus la nivel interior”*. Sunt de acord că *„îmi hrăneam anxietatea fixându-mi obiective prea înalte ce formau o gaură neagră energetică”*.

Aşa maschez eu frica de lucrare. Mă tângui despre cum mă consum inutil şi investesc energia într-un derizoriu a lui „niciodată nu voi fi suficient de bună” şi „nu ştiu ceea ce sunt eu de fapt”.

Mi se spune că nu e potrivit să fac aşa.

— Ce înseamnă potrivitul?

Entitatea ia o pauză cam lunguţă. Sunt cu pixul în mână, gata să notez minunile pe care le regurgitează.

Cine ştie, poate mă scapă indirect şi de frică, aşa cum se întâmplase cu bâţâiala.

Îşi drege vocea şi începe cu un ton cam ascuţit.

— *Ce e potrivit*? *Ceea ce corespunde nevoilor*.

— Care sunt nevoile?

— *Şi le găseşte fiecare în funcţie de corpusul nevoilor fundamentale umane*.

— Cum face asta?

— *A trăi aici şi acum, să fii prezent la tine însuţi, la bucuria momentului de aici şi acum, fără devieri din prisma trecutului şi a viitorului*.

Mi se usucă gura la ce trăsnaie notasem. Beau, apă, mă înec. Tuşesc tare şi împroşc cu apă. Câţiva stropi ajung şi pe agent. Nu comentează accidentul ci semnificaţia lui.

— Ăsta e un semn că interiorul tău nu vrea să accepte bucuria prezentului. Ia aminte că *prezentul condensează experienţa trecutului şi anticipează experienţa viitorului*.

— Sună complicat şi greu. Cum ajung eu la bucuria prezentului?

— Prin *detaşare* de obişnuinţe şi trecut.

— Poftim?!

— *Detaşarea poate să însemne şi contemplare. Mă detaşez astfel încât să privesc cu claritate, să mă redefinesc; să pot privi într-o sinteză, să asum, să integrez, să semnific*.

Vai de capul meu în ce abstractizare mă băgase. Nu mă las demoralizată. Cred că îmi fac cinste dacă o să le zic oamenilor că sunt în proces de asumare a unei noi identităţi conturate în baza conceptelor jungiene.

Continui lecturarea operei înţeleptului.

Mă zăpăceşte niţel cu al său simbolic zel. Spunea că viaţa este plină şi lipsită de sens, un arhetip condensează deopotrivă aspecte pozitive şi negative. Dacă omul are acces la arhetipurile inconştientului său el va face sinteza cea bună.

Procesul acela de sinteză al personalităţii se numea individuaţie. Eu l-am înţeles ca pe un fel de maturaţie, de maturizare, ce sintetizează opusele şi conferă valoare morală. Jung spunea că la individuaţie se ajunge prin diverse rituri de reconstruire, ce la populaţiile străvechi se

făceau prin identificarea cu diversele zeităţi, iar în contemporaneitate se face prin psihoterapie.

Aha, deci o să fac şi eu individuaţie cu psihoterapia mea!

Am nevoie să-mi unific contrariile şi să-mi adaug valori morale conştiinţei.

Fac tămbălău la terapie şi mă încâlcesc mai ceva ca minotaurul în marele Labirint al lui Dedalus.

Explic că m-am săturat să fiu când pe faţă când pe dos şi vreau să mă ţin cu dinţii de câteva valori. Cică *pot* trece *dincolo de exprimarea fluctuantă a emoţiilor specifică unui copil de cinci ani*.

Mă bagă pe nedrept la grădiniţă, dar dacă are dreptate? Întreb de ce face ţâncul aşa ceva. Nu de alta, dar îmi spun că dacă aflu, atunci reuşesc să mă stăpânesc.

Îmi spune cum copilul *nu îşi conştientizează emoţiile*, *nu e unitate între mental şi afectiv*.

— De ce nu e unitate?

— Pentru că nu îşi asociază emoţiile cu valori… te poţi îndrepta către *emoţia asociată cu o valoare*, *adică „mă bucur pentru că…”*, *duce la unitatea dintre mental şi afectiv*.

— Şi ce valori ar fi bine să aleg?

— *Valorile descind din legile morale*, *spirituale şi sociale*, *oamenii adaugă valori comportamentelor lor*.

— Daţi-mi exemple de legi.

— *Valorile uman-creştine*. *A nu bârfi*, *a spune nu demonstrativităţii şi orgoliului*. *De la valorile uman-creştine poţi construi variante*.

Hopaa, îmi zic doar pentru mine, agentul ăsta chiar are mare suflet de creştin, îmi confirmă ipoteza cu habotnicia domniei sale. O mai şi transpune în gest psihologic. Dar pot să ignor ce nu-mi place. Totuşi, m-a ajutat să scap de bâţâială chiar de sfântul Gheorghe. O sălăşlui vreun Arsenie Boca împreunat cu maica Tereza în sufletul entităţii şi o să-şi facă milă şi de nevolnicia mea.

— Şi cum construieşti variante?

— *Adaugi lângă comportament valoare*.

— Mi se pare corect. Când încep oamenii să facă aşa?

— *Pe la 11 – 13 ani copilul începe să ia decizii mai importante, decide pentru el, decizia are la bază minima lui experienţă*.

— Eu la vârsta respectivă mă aflam într-un soi de vid! Trăiam de pe o zi pe alta, refuzam să demonstrez că pot, aşa cum îmi cereau toţi cei din jur, nu mă implicam defel la şcoală şi îmi satisfăceam aspiraţiile cu ajutorul lumii mele imaginare. Vreau să experimentez ce ar fi trebuit să fac la vârsta de 11 – 13 ani şi anume să intru în competiţie cu cei din jur în a arăta că sunt în stare să îmi însuşesc cunoaşterea.

Sunt de-a dreptul extaziată. Mă aştept să-mi zică ceva care-mi va da zvâcul în a-mi scrie afurisita de dizertaţie. Din păcate îmi face o palidă educaţie morală.

— *Concurenţa poate fi o faţetă a agresivităţii. Agresivitatea înţeleasă inadecvat duce la concurenţă neloială, la a-l bârfi sau „săpa" pe celălalt*.

— Aha. Şi atunci cum te mai faci competitiv?

— *Nevoia să nu fie dublată de aspiraţii foarte înalte*.

Îmi vine să-i trosnesc una peste guriţă. Vrea să mă facă o sărăcie banală şi neînsemnată. Eh, lasă, că-i prilej să aflu cine-s eu cu adevărat… Îmi iau un ton grav în timp ce-i privesc scârnăvia de figură drept în ochi.

— Mă îndoiesc că e bine să te limitezi la aspiraţii de picior de broască. Cum mi-aş putea favoriza aspiraţiile alea bune?

— *„Ce e bine pentru mine?" poate deveni valoare. Cunoaşterea e valorizantă şi valorizatoare*.

— Valoarea cum funcţionează?

— *A-ţi afirma punctul de vedere într-o manieră firească, non-reactivă, neintruzivă pentru ceilalţi. Să nu îi faci să se simtă inferiori*.

— Eu sunt conştientă de inferioritatea mea! Degeaba

am scăpat eu ca un erou de bâţâială, că tot mă simt netrebnică şi nevolnică, precum un infirm!

— Accidentul acela de maşină al tău dă semne că s-ar vrea lucrat…

Îi povestesc în amănunt cum am fost eu la un pas de moarte şi am scăpat ca o pisică.

Îmi zice că „accidentul mi-a favorizat jocurile de putere pasiv-agresive” şi îmi dă temă să scriu despre *valoarea simbolică a unui accident*.

Sunt influenţată de ce citesc prin Jung, de o identificare cu arhetipul copilului erou. Screm o scriere cam schiloadă:

Deşi sunt tentată să înfloresc estetic conţinutul ideatic al acestei povestiri sau eseu, voi limita această „pulsiune”, acest impuls, pentru a preveni potenţiale jocuri de putere cu viitorul auditoriu.

Accident… între stigmă (a), *drum iniţiatic* (*b*) *şi iluminare* (*graţie divină*) (c).

a) *te-ai lovit, ţi se plânge de milă şi eşti tratat ca un infirm, un sugar, un neajutorat. Pe de-o parte îţi place, ţi se dă atenţie din belşug, pe de altă parte începi să te gândeşti sumbru la viitor. Ce şanse de reuşită are în viaţă un infirm*?

b) *poate că accidentul te-a făcut să dobândeşti o dizabilitate. Atunci fie te vei lupta cu ea, fie vei accepta cu obidă şi resemnare, fie o vei integra ca pe o transformare, flexibilizându-ţi întregul orizont în ideea de a deveni iar „un om normal”. Nu am pomenit nimic despre ce înseamnă să te lupţi cu ea. Iată: îi explorezi toate potenţialele faţete, bune şi rele, încerci să devii mai bun faţă de cum ai fi fost dacă accidentul nu ar fi avut loc.*

c) *Accidentul îţi deblochează fluxul energetic, emoţional, afectiv. Parcă te-ai trezit din nou la viaţă. Uşor-uşor, treptat-treptat începi să constaţi nenumărate perspective care se deschid înaintea ta, pe care până la accident nici măcar nu le-ai băgat în seamă. Te apucă o bucurie mare, ţi se pare că începi să înţelegi mai bine*

lumea din jurul tău, că ştii mai multe. Dar e o vorbă din bătrâni, cu cât ştii mai multe, cu atât îţi dai seama că ştii mai puţine. Totuşi, ai vrea să accezi la cel mai mic dintre mici şi totodată *la mai mare decât marele…*

Printre rânduri se poate citi situaţia mea existenţială. Mă zbat între a dori să mi se plângă de milă, a mă lupta să devin un om normal şi a dobândi iluminarea prin citirea cărţilor scrise de Jung.

Ajungerea la *cel mai mic dintre mici şi totodată la mai mare* decât *marele* e parte a dinamicii arhetipului infans prezentat de Jung.

Îl băgasem acolo aşa fin să verific dacă entitatea are habar sau nu despre dinamica arhetipului.

Arhetipul „infans" e prezentat ca o formaţiune apărută într-un timp imemorial, unde nu se gândea conştient, ci gândurile apăreau. Nu exista o încordare conştientă a voinţei, ci o dispoziţie a intenţiei (Jung, 2003, p. 159).

Motivul copilului are o vastă răspândire în folclor şi religie: zeităţi copii, eroi copii, pitici şi spiriduşi cu puteri supranaturale ascunse, hermafroditi, Iisus copil, îngerii şi faustianul homuncul. Jung descrie arhetipul infans ca pe o stare a trecutului (aspectul preconştient al copilăriei sufletului colectiv, ce stochează întregul istoric al omenirii), un viitor potenţial (copilul este întotdeauna un viitor potenţial, viaţa este curs, curgere în viitor şi nu acumulare), un nod de semnificaţii ambivalente ale unităţii, multiplicităţii, ale începutului şi ale sfârşitului.

La un moment dat, Jung vorbea şi despre invincibilitatea copilului (Jung, 2003, p. 175). Multe mituri vorbesc despre copilul divin, care în ciuda neajutorării sale face dovada unei puteri superioare ce apare în mod neaşteptat în ciuda tuturor pericolelor.

„Infans" e conceput din natura vie şi personifică puteri ale vieţii dincolo de perimetrul strâmt al conştiinţei, drumuri şi posibilităţi de care conştiinţa, în unilateralitatea ei, nu ştie, şi o totalitate care include adâncurile naturii.

Copilul are o disponibilitate şi capacitate foarte mare, nealterată. Ceea ce îi lipseşte este experienţa. Copilul este neajutorat din perspectiva experienţei pe care nu o are.

Infans reprezintă avântul cel mai puternic şi inevitabil al fiinţei şi anume cel al autorealizării. Infans e înzestrat cu toate puterile instinctuale naturale, pe care conştiinţa nu le are, pentru că ea mai degrabă presupune decât face. Puterea aceasta a naturii, ce există cumva în fiecare dintre noi, a fost intens simbolizată şi exteriorizată în minunile copilului erou, pentru ca apoi, tot la nivel simbolic, să fie portretizată în figura sclavului (tip Hercule) care a depăşit inconştienţa „copilului", dar încă se află într-o poziţie nesemnificativă, pentru că încă este guvernat de propriile pulsiuni.

Bătrânul Jung a adus în prim plan motivul „mai mic decât ceea ce e mic, dar mai mare decât marele", pentru a indica inconştienţa faptelor copilului. El este capabil de a înfrunta cel mai mare pericol, dar este doborât în cele din urmă de ceva nesemnificativ. Azi, majoritatea indivizilor nu mai trăiesc în întunericul trăirilor primitive, nediferenţiate, dar şi-au pierdut acea capacitate de a-şi vedea resursele inconştientului, pentru a-şi prilejui acel avânt puternic şi inevitabil ce-l caracterizează pe infans.

Totuşi, principalul ţel al tuturor eroilor din toate timpurile a fost biruirea monştrilor întunericului, adică victoria sperată şi aşteptată a conştiinţei asupra inconştientului. Ziua şi lumina sunt sinonime ale conştiinţei iar noaptea şi întunericul ale inconştientului. Conştientizarea este cea mai puternică trăire din toate timpurile, căci astfel lumea apare. Jung a interpretat „şi Dumnezeu a zis: să fie lumină!" ca proiecţia stării originare a conştiinţei care se desparte de inconştient (Jung, 2003, p. 172).

Infans este ceva ce devine independent şi anticipează o stare de conştiinţă care se naşte, o conştiinţă mai înaltă ce uneşte întunericul cu lumina. Sinele ca fenomen individual este „mai mic decât micul", pentru că este o

părticică mică şi neajutorată. Sinele ca echivalent al lumii este „mai mare decât marele” pentru că poate condensa întreaga complexitate a lumii odată ce este adus la lumină şi conştientizat.

Această condensare a complexităţii lumii în ceva „neajutorat”, mă duce cu gândul la acea „corolă” prezentată de Lucian Blaga: „Eu nu strivesc corola de minuni a lumii /şi nu ucid /cu mintea tainele, ce le-ntâlnesc /în calea mea”.

Îmi reprezint sinele individual ca pe o conştientizare a măreţiei şi micimii deopotrivă, ce duce la împăcarea cu sine, dincolo de pretenţia de a cuprinde conştient tot întregul lumii.

Doar că eu văd împăcarea cu sine ca pe un fenomen rezervat oamenilor speciali. Nu oricine se bâţâie 25 de ani, biruie scârbavnicul obicei şi apoi încearcă s-o ia pe drumul individuaţiei lui Jung.

Arhetipul „infans” este întâlnit empiric în procesele de individuaţie şi terapeutice. Jung vorbeşte despre transformările prin care trec indivizii asistaţi de el în cadrul procesului terapeutic.

Mai întâi există o stare de început a infantilismului personal ce se prezintă sub forma imaginii „părăsitului”, adică a copilului „neînţeles” şi nedreptăţit, care are pretenţii arogante.

Mă regăsesc întocmai în această descriere, cu ale mele pretenţii nemăsurate de atenţie din copilărie şi aşteptarea de a controla entitatea terapeutică.

Următoarea fază prin care individul trece în procesul terapeutic este să-şi confrunte pretenţia care a devenit convingere, că este cineva deosebit. De cele mai multe ori pretenţia nu se împlineşte.

Dovedirea propriei inferiorităţi îl face pe respectivul să-şi asume un soi de rol al „tolerantului eroic”. Demersul terapeutic intensifică formarea fantasmelor în care devin vizibile în mare măsură trăsături arhaice, adică mitologice. Una dintre fantasmele mitologice prezente alături de

arhetipul „infans”, este mitul eroului. De regulă dispare motivul faptelor mari, dar apare identificarea cu un „erou” nedreptăţit de familie şi cunoştinţe. Această identificare are tendinţa de a persista masiv şi e problematică pentru echilibrul sufletesc al celui care se află în terapie.

Dacă individul reuşeşte să se departajeze de identificarea cu eroul, conştiinţa sa se reduce la o dimensiune umană şi se poate diferenţia treptat până la simbolul sinelui. Aceasta şi este cea de-a treia fază, trecerea de identificarea cu eroul. Dacă are loc, procesualitatea inconştientă poate fi separată clar de cea conştientă. Astfel rezultă posibilitatea sintezei elementelor conştiente ale cunoaşterii şi acţiunii.

Pretenţia mea de a fi fost un copil „special” care a trebuit să îndure cu stoicism nedreptăţile celor din jur s-a concretizat la nivelul felului în care îmi percep terapia.

Mă identific masiv cu figura eroului, care a fost nedreptăţit şi privat de ce voia în copilărie, a căzut în cuşca unde era bâţâiala. A birut-o prin forţe proprii. Şi mă aştept să mă exorcizez de frică şi să fac fapte mari ca infans cel viteaz.

Sper ca entitatea mea terapeutică să-mi dea iar un motiv care să mă facă să-mi iau din nou un avânt vânjos, prin care fie scriu dizertaţia, fie realizez ceva nemaivăzut la nivel de lucru cu sine.

Joaca mea cu dinamica terapeutică, blasfemierea persoanei de la terapie prin răstălmăcirea spuselor şi diferite elemente non-verbale de persiflare, toate acestea au legătură tot cu arhetipul infans din sufletul meu.

Îmi este favorizat prin faptul că entitatea mi se adresează cu porecla din copilărie, vine la mine în vizuină şi îmi recomandă să cresc. Îmi activează şi mai abitir dorinţa de a săvârşi fapte măreţe.

Terapia mă afundă în joaca bolnavă a aparenţelor. Sunt mai cumătră vulpe aşa, încă din născare.

Am impresia că dacă le favorizez oamenilor iluzia că sunt mai presus decât mine, adică fac pe nătânga agitată,

atunci obţin mai multe de la ei.

În primul rând amuzament.

Şi nu în ultimul rând cunoaştere.

Numai că din nou, socoteala mea din târg nu se potriveşte cu cea de acasă.

Nutresc să obţin „graţia divină” citindu-l pe Jung în timp ce mă folosesc de ce mi se spune la terapie.

Mă înşel amarnic. Sunt într-o iluzie. Pe care am început s-o scuip odată ce mi s-a prescris să-mi fac tema aceea cu cele trei cadre ale eului.

Am scris numai inepţii emfatice în ideea de a-mi prezenta adevăratele intenţii pe limba de lemn a agentului.

Ca să scot mai multe.

Poate că a fost o mişcare bună, deoarece entitatea s-a flatat la ego că i-am însuşit conceptele şi prescripţiile şi mi-a dat fără să vrea motivul de a birui harpia bâţâielii.

Numai că motivul a venit cu un preţ. M-am scufundat şi mai tare în iluzie.

Pe de-o parte m-a ajutat aşa, târâş-grăpiş, să mă cunosc mai bine. Pe de altă parte am dus iluzia la extrem.

Am vrut să o transform în cel mai mare basm al unei terapii contemporane.

De ce?

O să explic în următoarele două capitole.

Capitolul IV. Lupta aparenţelor.

M-am jucat, depăşind cu mult limitele normalităţii unui proces terapeutic. În 2010 m-am apucat să iau notiţe, sperând că aşa îmi voi corecta lipsa de răbdare şi atenţie.

Mi s-a vorbit de creştere interioară, un motiv să îl citesc pe Jung. Aşa am aflat de conştiinţa mult mai înaltă pe care o anticipează infans. De aceea şi spuneam că vreau să ajung la mai micul decât micul şi mai marele decât marele, în mica mea scriere despre valoarea simbolică a unui accident.

După ce am scris-o şi l-am mai citit pe Jung mi-am dat seama că îl aveam pe infans.

Numai că din frica că nu sunt suficient de bună la a-mi argumenta punctul de vedere în faţa entităţii, dublată de aşteptarea de a-mi săvârşi individuaţia chiar cu ajutorul entităţii, am ales să nu fac caz cu infans. L-am şi uitat.

Numai că eu aveam în suflet motivul faptelor măreţe săvârşite de infans. Aşa că după încă patru ani de terapie, în care chiar am săvârşit lucruri bune, infans m-a dus aproape de o deznădejde. Era cât pe ce să îmi pierd sufletul din dorinţa mea de a determina agentul terapeutic să îmi recunoască meritele şi să mă izbăvească de terapie.

De ce? Am ajuns să-mi bag notiţele de la terapie într-o formă ce nutream să fie o carte.

Era chiar cartea aceasta, numai că era scrisă fără pic de critică şi cinism. Imitam discursul ponosit şi searbăd al agentului şi îi elogiam meritele.

Apoi am făcut un alt gest nesăbuit.

În ianuarie 2014 am început să citesc la terapie ce scriam. Am scris şi rescris compulsiv pasaje întregi. Mi se spunea că nu era potrivit să-mi descriu experienţa cu tente de basm, deoarece astfel mă blochez în lumea copilăriei. De aceea am şi scris partea aceea cu apariţia neaşteptată a zânelor din capitolul II.

Agentul bătea toba că „e firesc să am o parte de copil în mine, eul copil ne însoţeşte pe tot parcursul vieţii şi ne

dă spontaneitate şi creativitate”. Citeam cu şi mai multă râvnă voioasă ce rescriam. Doar – doar să mi se confirme că „ajunsesem la eul copil adaptat şi integrat corespunzător eului matur”. Adică, *„conştientizat şi aşezat la locul potrivit”*.

Câteva şedinţe m-am tot jucat cu ideea de mitologizare şi infantilizare a copilăriei şi m-am blamat că nu sunt în stare să fac o scriere bună. Era un bolnav joc al aparenţelor. Dispreţuiam faptul că agentul mă trata ca pe un copil şi n-o ziceam nici picată cu ceară.

Dusesem la un alt nivel joaca mea bolnavă din 2010.

Partea care îmi declanşase intrarea în basm era chiar marafetul celor trei cadre ale eului. Îl născocisem din dorinţa de a fi apreciată de persoana cu care făceam terapie.

Din aceiaşi dorinţă scriam şi cartea. Iniţial. Pe urmă lucrurile s-au modificat. Nu voi spune cum în acest capitol.

Aici doar vreau să prezint arheologia jocului meu cu aparenţele de la terapie.

Care a intrat în drepturi odată ce am configurat bombastic cele trei cadre ale eului.

Iată cum arătau. Italicele sunt ce scriam atunci în jocul meu pentru gratificare. Ceea ce e fără italic şi cu caractere bolduite, e ce voiam să spun de fapt, dincolo de jocul meu bolnav.

SOCIAL	
Aici şi acum	*Proiect*
1. bun observator al celorlalţi, bun critic într-un grup. Sunt bună la manipulare	— *Să evidenţiez şi pozitivul.* Vreau să am încredere în mine.
2. predomină orientarea spre exterior. Vreau să îi fac pe ceilalţi să	— *Să privesc către interior* (*flexibilizare în context*), *aşa adaug şi*

îmi dea ce vreau.	*componentele mai puţin reprezentate până la momentul respectiv*. Vreau să am încredere că voi obţine ce vreau.
3. Încerc să îmi fac ordine în materialele intelectuale. Vreau să scap de cicăleala mamei că nu îmi scriu lucrarea de dizertaţie.	*— Să definitivez ordinea în stilul arhivă birocratică* Vreau să îmi scriu lucrarea de dizertaţie, dar mi-e frică de ea ca de birocraţia românească, care e grea şi stufoasă.
4. aspectele teoretice înclinaţie către ele şi la fel către cele practice, fără să le îmbin. Vreau să păcălesc lumea că mă fac şi eu intelectual.	*— Să îmbin teoreticul cu practicul într-un mod constructiv şi productiv*. Să fiu mulţumită aşa cum sunt, dincolo de pretenţiile intelectuale.
5. Îmi conştientizez intuiţia dar nu îi dau frâu liber. Ştiu că pot avea încredere în mine.	*— Să pun în aplicare intuiţia ca pe un lucru firesc* Să nu mă mai preocupe încrederea în mine, pentru că deja o am.
6. fac ceea ce trebuie, însă cu întârziere. Fac cu întârziere pentru că mi-e frică.	*— Să fac lucrurile care trebuie, aici şi acum* Să nu mă mai preocupe disecarea făcutului.
7. accept că sunt lucruri de domeniul „trebuie”. Lumea e aşa cum e şi mă sperie.	*— Domeniul trebuie să devină o plăcere* (*necesitate*). Să nu mă mai sperie cum e lumea.
8. colaborez cu oamenii, însă încrederea este mică. Mie frică de	*— În colaborare să am încredere constructivă* Să învăţ să colaborez în

oameni, de aia îi manipulez.	a obţine ce vreau.
9. sunt performantă în activităţile de petrecere a timpului liber standard (*cluburi, baruri*). Îmi plac viaţa, băutura, drogurile şi sexul.	*— Să devin performantă în aspectele elitiste – concerte, teatru, restaurant, reuniuni* (*ce presupun mai multă mobilizare intelectuală* decât *fizică*) Să fac cumva să împac plăcerile vieţii cu necesităţile ei.
10. pot să îi ascult pe ceilalţi, însă sunt mult concentrată pe propria persoană. Ascult doar din interes.	*— Să construiesc încrederea în mine, astfel încât imaginea personală să nu mă mai preocupe*. Să am încredere în mine astfel încât să nu mă mai preocupe ce şi cum ascult.
11. am o dualitate a limbajului (*popular, înalt intelectualizat*) Îmi place să vorbesc urât, dar şi abstract.	*— Să elimin schemele de limbaj populiste, să predomine intelectualul*. Zic eu că vreau să fiu intelectual dar de fapt vreau doar să vorbesc pe înţelesul tuturor.
12. mă înserez cu uşurinţă pentru că mi-am diminuat spontaneitatea agresivă. Sunt un cameleon în relaţiile cu oamenii.	*— Să dau frâu liber spontaneităţii, care nu va mai fi agresivă dacă e bazată pe încredere totală în forţele proprii*. Vreau să am încredere în mine şi dincolo de masca cameleonului.
13. am curajul să îmi negociez bunăstarea, însă o fac agresiv sau ezitant. Ca să nu par ezitantă sunt agresivă.	*— Energia investită în agresivitate sau ezitare să o transform în analizarea partenerului, astfel încât în urma negocierii să câştige ambele părţi*. Vreau să mă pricep mai bine la negociere.
14. Îmi afirm dorinţele	*— Să transform orgoliul*

reale (*până acum ceva ani nici asta nu făceam*) *însă sufăr de orgoliu, trebuind să le demonstrez cine sunt interlocutorilor*. Mi se spune că sunt orgolioasă şi mă enervează.	*într-o interfaţă a unei piese de teatru* (*să nu existe real în interior*) *devenind convinsă de ceea ce sunt, că ce eşti vine de la sine din acţiuni, nu trebuie demonstrat explicit*. Vreau să fac ceva pe el de orgoliu.
15. Îmi afirm dorinţele, sunt vehementă şi vreau mult (*infinit*) *aici şi acum*. Mă joc cu terapia şi îmi place.	*— Să studiez situaţiile şi oamenii cu multă acurateţe* (*vehemenţa să o transform în acurateţe*), *impu*nând *treptat deziderateleor realizării dorinţei*. Vreau ca prin terapie să ajung să înţeleg mai bine oamenii. Astfel încât să obţin mai repede ce vreau.
SOLITUDINE	
Aici şi acum	*Proiect*
1. pot să dorm singură şi să îmi înving fricile de	*— Să nu mai am deloc frici de supranatural*
„Supranatural”. Mi-e frică să dorm singură.	*Vreau să nu îmi mai fie frică să dorm singură.*
2. pot să mă plimb singură, să observ şi să îmi placă. *Îmi place să fiu de una singură şi să-i spionez pe ceilalţi.*	*— Să mă pot duce singură la filme, spectacole şi să îmi placă asta. Vreau să nu îmi mai fie ruşine să mă duc singură la filme şi spectacole*
3. pot să desfăşor activităţi intelectuale de una singură, numai că plăcerea nu e maximă. Mă joc de-a intelectualul.	*— Intelectualizarea solitudinii să devină o plăcere reală.* *Nu ştiu ce-i aia intelectualizare, însă vreau să înţeleg.*
4. cea mai mare	*— Să convertesc*

plăcere a solitudinii e bâţâiala. Îmi place să mă bâţâi.	*bâţâiala în intelectualizare şi muncă fizică. Nu mai vreau să mă bâţâi.*
5. disec aspectele cotidiene însă cu o înclinaţie de a negativiza situaţiile. Dispreţuiesc pe toată lumea.	*— Să pozitivez concluziile disecării, să văd partea plină şi aspectele ce pot face viitorul constructiv şi frumos.* *Vreau să nu mai dispreţuiesc.*
6. visez „cu ochii deschişi", de cele mai multe ori construind situaţii ce nu le voi pune niciodată în aplicare. Mă satisfac prin fanteziile mele.	*— Să visez constructiv, visele să devină treptat parte integrată a realităţii. Dă-le dracu' de fantezii, vreau să am curaj să fac*!
7. sunt ipohondră. Mi-e frică!	*— Ipohondria să o transform într-un stil de viaţă sănătos* (*sport, dieta potrivită, igiena somnului, controale periodice*) *Vreau să fiu ordonată şi disciplinată*
8. retrăiesc copilăria, ceea ce îmi face plăcere. Sunt blocată în lumea copilăriei.	*— Pornind de la copilărie să construiesc noi activităţi care să îmi producă plăcere. Vreau să fiu respectată aşa cum sunt.*
9. ştiu ce sunt din punct de vedere al copilăriei – ce îmi place. Îmi place să mă bâţâi, să mă miros şi toate să le fac pe dos.	*— Să conştientizez potenţialul creativ al maturităţii şi să îl pun în aplicare alături de plăcerile copilăreşti. Vreau să mi se spună că sunt matură.*
10. sunt prea atentă şi problematizez aspectele rutiniere	*— Să devină automatism eficient. Să scap de gândirea catastrofică.*

(*închis uşa, salutat, postură*). *Am o frică mare de catastrofe care nu există.*	
11. amân acţiunea, adică „mai stau un pic" până învăţ, mă spăl, fac curat. Mă bâţâi în loc să fac ce trebuie.	*— Să acţionez direct, cu bucurie. Vreau să nu mă mai bâţâi.*
12. mă preocupă aspectul exterior al locuinţei, însă mai mult din perspectiva celorlalţi. Mă interesează enorm ce zice lumea despre *casa mea.*	*— Să realizez ce îmi place mie, dincolo de ceilalţi şi să pun în aplicare. Să aflu cum îmi place mie să îmi fie casa.*
13. mă entuziasmez foarte tare la diverse planuri potenţiale de viitor şi aşa îmi consum energia şi nu le mai pun în aplicare (*tensiunea entuziasmului*). *Mi-e frică de eşec.*	*— Să transform tensiunea bucuriei în aplicare concretă;* *Idee à mobilizare mijloace* à *transpus în realitate ideea. Vreau să îmi scriu dizertaţia.*
CUPLU	
Aici şi acum	*Proiect*
1. pot să primesc afecţiune şi să recunosc că îmi place asta. Îmi place sexul, ajung uşor la orgasm.	*— Să pot oferi afecţiunea şi să îmi placă asta* *Nu mă interesează să tratez aspectul cuplului la terapie dar mă joc că aş fi.*
2. pot asimila în viaţa de cuplu persoane pe care le pot controla. Sunt mulţumită de relaţiile mele.	*— Să asimilez la nivel de cuplu persoane care îmi sunt egale, cu care să negociez, nu să manipulez. Mă joc că aş vrea aşa, de fapt nu dau doi bani pe nivelul cuplului în terapia mea.*
3. fac jocuri de putere pe care am început să le	*— Jocurile de putere să le transform în activităţi şi*

conştientizez aproape în totalitate. Sunt sadică.	*planuri de viitor şi descompuneri ale realităţii mutual avantajoase. Nu mă interesează căcăstoarea de cuplu.*
4. arăt că vreau să fiu cu un pas înaintea partenerului (*şi* înainte *voiam asta dar nu o arătam şi nici nu făceam ceva, ceea ce mă frustra*) *Mă joc.*	*— Să colaborez cu partenerul astfel încât să fim amândoi, în acelaşi timp, cu un pas înainte* *Mă voi juca în continuare.*
5. resping giugiuleala în general, acceptând-o totuşi în unele momente. Am momente în care am nevoie de afecţiune.	*— Să o accept pentru că până la urmă fiecare om are nevoie de afecţiune. O să fac la fel, o să dau şi o să primesc afecţiune numai când vreau eu.*

M-am simţit vinovată că nu am fost capabilă să-mi prezint renunţarea la bâţâială dintr-o perspectivă matură.

Adică pe placul agentului. Am tot încercat să o fac, compulsiv şi intensiv.

Reluam întocmai jocul aparenţelor de la început. Nu scriam o iotă despre dorinţele din spatele cuvintelor mele pompoase.

Era cam dur ce voiam de fapt. Şi simplu. Să renunţ la bâţâială, să dobândesc încrederea în mine şi să-mi sporesc înţelegerea asupra mea şi a lumii din jur. De ce? Pentru că voiam SĂ FAC, lucruri mai multe. Eventual şi mai bune.

Din ruşinea că nu eram intelectuală şi frica că nu-s suficient de bună, m-am complicat într-o joacă prin care îmi ascundeam dorinţele mele simple.

După mulţi ani de joacă de-a terapia am coborât şi din pomul iluziilor bombastice şi neghioabe. M-a ajutat rescrierea mea compulsivă.

Pentru a ajunge la înţelegere e uneori nevoie să prezinţi lucrurile aşa cum sunt, dincolo de aparenţe şi de

menajarea persoanei cu care faci terapie.

Odată ce începusem să îl citesc pe Jung am dus jocul aparenţelor şi mai departe.

Astfel, m-am afundat de-a binelea şi fără critică în iluzia desăvârşirii prin lectură jungiană. După ce mi-am făcut tema cu accidentul şi am mai citit din Jung am un vis.

Visasem că mă aflam într-un mediu sumbru, cenuşiu şi mohorât, undeva pe malul unei mări nisipii, pe al cărei mal se aflau o mulţime de hoteluri şi blocuri părăsite. Din loc în loc puteam vedea mai multe pisici suferinde şi mutilate.

Am terapie.

Îmi citesc tema. Agentul nu se sesizează cu mai mai micul şi mai marele, nu vede aluzia mea subtilă la arhetipul infans.

Nu-i explic nimic din ce citisem. Doar nu era să-i fac formare în psihanaliză pe banii mei.

De fapt, am mare frică că nu sunt în stare să o fac bine. Îmi spune că felul în care am prezentat lucrurile e o dovadă de inerţie şi comoditate şi îmi pot construi perspectiva pe care mi-o doresc.

Îi zic şi de vis.

Cică e „un semnal de alarmă pe care inconştientul încearcă să mi-l dea către a-mi construi alegerile”.

Da, sigur că încerca să-mi dea şi el ceva. Să mă facă să ies din mirajul fantezist şi egocentric pe care mi-l întreţinea psihanaliza jungiană, să mă apuc să-mi scriu dizertaţia şi să las dracului joaca de-a analiza inconştientului.

Îmi aminteam că făcusem tare urât şi cu scrierea lucrării de licenţă. Avusesem accidentul de maşină chiar în apropierea litoralului, mă lovisem la cap şi scăpasem.

Poate de aceea şi visasem că eram undeva pe litoral, iar pisicile suferinde erau chiar persoana mea după accident. Avusesem mai multe contuzii pe lângă rana de la tâmpla stângă căreia îi fuseseră aplicate mai multe copci.

După accident m-am simţit eliberată de frica de a-mi

scrie lucrarea.

M-am lovit la cap şi nu am mai putut să îmi susţin examenul de licenţă.

Când a fost vorba să îmi scriu lucrarea simţeam că am circumstanţe atenuante. Mă gândeam că toată lumea ştia că suferisem un accident soldat cu traumatism cranio-cerebral, aşa că îmi dispăruse frica de eşec. Nu făcusem decât să mă ascund, să mă disociez de aşteptările fricoase sub „oblăduirea" infirmităţii.

Na că mă ascund din nou. Sunt aproape de terminarea celor doi ani de master şi trebuia să îmi scriu dizertaţia. Nici prea îndrăznesc să pomenesc ceva despre ea. O neg, mă comport ca şi cum nu există necesitatea de a o scrie. E mai rău ca în facultate.

Mai citesc pe Jung, doar – doar să-mi iau zvâc de lucrare.

Îmi atrage atenţia dinamică prin care eroii din basme îşi dobândesc sufletul

„Dobândirea sufletului este în realitate opera răbdării, a spiritului de sacrificiu şi a dăruirii" (Jung, 2003, p 245).

Vreau să înţeleg cum fac eroii, mă scufund în concepte în loc să fac ce trebuie. Adică să am răbdare să scriu lucrarea, să-mi sacrific frica şi să-mi dăruiesc reuşita.

Sorb cu nesaţ cum Jung vorbea despre această „dobândire" pentru a evidenţia psihologia basmului.

Basmul este prezentat ca fiind o poartă către lumea inconştientului, este o formă de personificare şi simbolizare a celor mai adânci temeri şi dorinţe ale omenirii. Eroii din basme se luptă şi se zbat pentru a-şi dobândi sufletul şi spiritul, dar şi viaţa înnoită sau noi puteri şi posesii.

Parcurg un drum către a dobândi ceva. Şi au parte de obstacole şi încercări în faţa cărora trebuie să îşi învingă fricile şi să-şi arate flexibilitatea voinţei.

Cum, spre exemplu, Harap Alb se înţelegea cu toată ceata lui de paria în condiţiile în care el era normal.

De multe ori în basme eroii încearcă să obţină starea dorită pe căi necurate – viclenie sau furtişag şi astfel îşi pierd sufletul, adică partea umană.

Eu ştiu că şi dacă sunt vicleană ca vulpea tot nu sunt rea, nu mă interesează să câştig doar eu. Trebuie să îi iasă ceva şi celuilalt. Nu sunt vicleană dintr-o voinţă de a lua tot, ci dintr-o voinţă ca lucrurile să fie mai bune ca înainte. Pentru toată lumea.

Jung zice că sufletul se câştigă prin dovada răbdării, a spiritului de sacrificiu şi a dăruirii. Această turnură nu doar că îi face să îşi recapete sufletul pierdut ci le şi conferă în cele din urmă dorinţa împlinită (împărăţia, familia, puterile) şi personalitatea întregită. Jung spune că basmul poate simboliza şi drumul individual către o personalitate deplină.

Înţeleg că răbdarea este capacitatea de a te concentra şi încerca să duci la bun sfârşit un lucru fără a mai intra în felurite victimizări şi încercări de eschivare. Adică să mă împrietenesc la nevoie şi cu stările de calm şi înţelegere.

Răbdarea nu înseamnă că rabd cu stoicism într-un cazan cu neplăcere, aşa cum am crezut în copilărie. E o lejeritate existenţială în care sunt atentă să prind tot ce mă poate ajuta în a-mi atinge scopurile.

Acel „spirit de sacrificiu” e subsumat voinţei.

Îmi sacrific impulsurile şi compulsiile de moment ca să îmi ating cu răbdare scopurile mai înalte.

Degeaba îmi zic toate astea căci de lucrare tot nu pot să mă apuc. Sunt cam tristă.

La terapie mi se vorbeşte de *„bucuria autentică, în a face ceva pentru tine, în a te vedea cum creşti interior”*.

Mă mâhnesc şi mai tare. Aduc în discuţie conceptul de transfer.

Jung ăsta pomeneşte de cazurile nerezolvate de transfer. Eu nu am înţeles ce înseamnă…

Parcă citesc o încântare pe chipul persoanei de la terapie. Îi place să aibă rolul de dascăl depozitar al

cunoaşterii. Îşi drege vocea şi îmi spune pe un ton grav *„transferul este o variantă de proiecţie care este gestionabilă în cazul relaţiei terapeutice”*.

Aha. Şi cu bucuria aia cum se face?

— Stă în puterea noastră interioară să coborâm către datul nostru.

Se pare că nu pot să aflu. Poate sunt rezistentă…

Ce este în spatele rezistenţei?

— Da’ de unde să ştiu eu? De aia sunt rezistentă. Oricum am făcut progrese, m-am lăsat de bâţâială, m-am apucat de citit, m-am apucat şi de kinetoterapie. Se pare că îmi respect ce am zis acolo cu bâţâiala convertită în intelectualizare şi muncă fizică.

Se uită la mine fără de reacţie. Poate că a uitat de tema cu cele trei cadre ale eului. Deh, dacă nu-şi notează şi domnia… Încep să-i povestesc cu lux de amănunte ce făceam eu la kinetoterapie. Îi arăt şi câteva exerciţii.

Conştiinţa propriei corporalităţi e o modalitate de afirmare.

Staţi aşa că ce fac eu e un mizilic. Mă gândesc să-mi schimb locul unde fac kineto. Am aflat pe net de institutul naţional de recuperare. Mi-am făcut o programare la ei, se spune că sunt cei mai buni.

Poţi face ce consideri că este mai bine pentru tine.

Da, însă să mă afirm prin corporalitate ar însemna să mă apuc de un sport de performanţă sau să-mi iau drept hobby artele marţiale. Alea sunt ceva deosebit, mi-aş dori să le am ca hobby la un moment dat.

Se aşază mai bine în canapea şi oftează.

Nu e cazul să supra-investim agresivitatea. *Pot să mă afirm*, *să interacţionez*, *să solicit atingerea*, *să solicit afecţiune*, *să dăruiesc fără să fiu agresiv*.

Mă umple de scârbă ce zice şi eu notez. Nu înţeleg de ce îmi prescrie trăsnăile acestea. Nu sunt frigidă şi nici nu sunt la o oră de terapie de cuplu cu partenerul.

Nu am curaj să-i zic că bate câmpii. Drept urmare

încep o prezentare despre cum eu sunt aşa mai rece de la natură, nu-mi plăcea să fiu luată în braţe şi pupată în copilărie decât atunci când voiam eu şi cel mai mult din lume îmi plăcea să fac harababură. Îmi tot zice să „las demonstrativitatea în pace”.

Dar eu ce să fac dacă nu îmi erau lăudate dovezile de afecţiune…

Apreciază-l pe celălalt şi arată-i. Lauda e demonstrativă, aprecierea e afirmativă.

— Sună a regulă gramaticală. Dar să zicem… na, acu mă afirm prin timpul pe care îl aloc să fac ceva cu scolioza. E bine?

— *Prin intermediul corporalităţii putem transla către aspectul psihic.*

— Atunci de ce părinţii mei nu mi-au apreciat suficient de mult corporalitatea în copilărie, încât să mă facă să mă apuc de kineto-terapie mai din timp?

— *E caracteristic copilului să dea vina pe altcineva.*

Tulburător. Mă plasează în lumea copilăriei pe nedrept. Fac grădiniţă până la sfârşitul şedinţei, mă agit prin cameră, mă joc cu pisica, în timp ce-i fac cu ou şi cu oţet pe toţi din familie pentru toată lipsa de atenţie de care avusesem parte.

Mă invită la „iertare” şi „ieşire din blam”. Fâs, parcă era tot o critică părintească.

Lucrarea tot mă înspăimântă. Decid să plec trei zile la Praga, de pe 28 mai, cu gagicul şi trei prietene.

Până atunci mă duc la institutul de recuperare şi obţin o programare ca să-mi încep exerciţiile acolo la mijlocul lui iunie.

Pe 23 mai mă bucur nevoie mare că am împlinit *o lună fără bâţâială*.

Mă fălesc la terapie şi cum am citit eu că *însănătoşirea unui rău general începe la individ şi numai atunci când el se face pe sine şi nu pe ceilalţi răspunzător*. (Jung, 2003, p. 354)

Primesc puţină susţinere de la entitate dar tot mă ia

frica.

Degeaba zic eu că sunt răspunzătoare când eu n-am încredere în mine.

Încrederea se construieşte.

Aha şi simţul moral se dobândeşte…

E un dat interior.

Sună a ce zice Jung. *Dacă individul care trăieşte experienţe interioare intense posedă capacitatea morală a încrederii loiale, acestea vor duce la o creştere sufletească de durată în sensul unei maturizări şi adânciri a personalităţii* (Jung, 2003, p. 355). Ce-i aia încredere loială?

E o premisă pentru creştere, o premisă pentru înnoire.

— Nu înţeleg! Pe mine mă doare că n-am încredere în mine!

Poate eşti într-un moment de criză.

Poftim?!

*În momentele de criză se acumulează energie şi se sedimen*tează *semnificaţii. Are loc o preparare interioară care resemnifică contextul*.

Adică?!

Contextul este luat din aspect negativ şi alchimizat în aspect pozitiv.

Probabil citise şi agentul nişte Jung şi voia să mi-o arate. De aceea îmi spune de alchimizare. Oricum face un delir abstract de toată frumuseţea şi nici eu nu mă las mai prejos. Mai ales că m-am cinstit cu nişte iarbă fix cu o seară înainte. Lucru care mă face cam instabilă. Parcă îmi sare ţandăra mai uşor.

Păi nu m-am lăsat eu de bâţâială?! Şi acu fac ce trebuie. De ce nu vine mai repede încrederea aia?

Nerăbdarea e o formă de tensionare. Tensiunea este un blocaj, o stază, păstrez un aspect care nu este necesar.

— Nu mă mai bâţâi deşi mă omoară dorul de bâţâială! De vreo 10 ori pe zi amân să n-o fac. Mai că

vechea bâţâială s-a transformat în amânare…

Pe de-o parte amân, pe de altă parte am nerăbdare. Ce aştept de la mine? Cum mă deblochez?

Cuvintele acestea mă dor enorm, căci îmi dau seama că îmi maschez frica de lucrare cu joaca de-a Jung, şi nici nu am înţeles ce pot face cu mine. Trag aer în piept, îmi iau o postură dreaptă şi mă adresez cu hotărâre la entitate, în timp ce-i fixez figura.

Dacă aş şti exact ce aştept de la mine şi cum să mă deblochez, atunci dumneavoastră nu aţi mai fi aici. Ia o pauză. Apoi grăieşte.

Putem lucra pornind de la cele *trei cadre de viaţă*, *autocunoaştere*, *cuplu*, *social*.

Notez şi pe urmă îi subliniez că am lucrat pe acea schemă, numai că în loc de auto-cunoaştere era solitudinea. Îmi zice ceva de *cele patru cadrane ale schemei de teritoriu*, *raţional*, *intuiţie*, *senzaţie*, *tensiune-acţiune*. E atât de steril încât de-abia pot să-i urmăresc domnia.

De la atâta tensiune-acţiune trebuie să mă amorţesc eu… Bâţâiala aia chiar era o amorţeală.

Conştientizându-ţi aspectele ajungi la o curgere firească. Ieşi şi din dependenţă. Nu te mai negi.

Să ştiţi că aşa zic şi oamenii de fumează iarbă, că „sunt pe flow”, adică fac curgere.

Curgerea înseamnă retrăirea aceleiaşi imagini din copilărie resemnificând-o.

— Cum să resemnific eu amorţeala bâţâielii?

Îmi dă o temă, să scriu despre *semnificaţia amorţelii la nivel trupesc mental şi afectiv*. Mă plâng că sufăr enorm după a mea bâţâială. Mi se spune că *e în puterea noastră*, *a psihicului nostru*, *a corporalităţii noastre*, *să ne regăsim echilibrul* şi că *suferinţa e prilej de lucru cu sine*.

Mă înciudez că îmi laudă atât suferinţa. Cui naibii îi place să sufere? Bine că plec şi îmi mai iau gândul de la dezastrul dizertaţiei nescrise şi al terapiei care mai mult mă chinuie decât mă ajută.

Vin din excursie şi îmi fac tema. Nasc o fanfaronadă între discursul agentului şi fricile mele. O condimentez şi cu o năuceală afectivă.

3.06.2010

AMORŢEALA

Mă simt amorţită pentru că încă vreau să fiu dependentă de o persoană, întocmai unui copil. Chiar dacă la nivel explicit neg aceasta şi îmi arog diverse reprezentări ale independenţei, la nivel implicit fac exact pe dos. Îmi este comod şi plăcut să ştiu că ceva/cineva reprezintă un stâlp de susţinere, un refugiu cald şi luminos, ce este mereu acolo, dându-mi confort, atenţie şi încredere.

Încrederea mea este fondată pe cărămizi/stâlpi de dependenţă.

Dincolo de sfera nevoii de a fi dependentă, prezentă în spaţiul interior, există pregnant amorţeala. Acum simt că mă dezmorţesc, de vreun an, şi îmi este frică, lehamite şi lene să las fluxul energiei să se manifeste adult.

Să vorbesc puţin despre cele trei domenii ale amorţelii:

1. trupesc. Nu îmi conştientizez corpul în totalitatea lui. Abia acum cu exerciţiile de recuperare încep să îmi simt muşchii, oasele, pielea. E ciudat, pentru că dincolo de „nesimţirea generală" au existat mereu un soi de supra-simţiri (hiper) punctuale: atacuri de panică manifestate fizic (inimă gata să iasă din piept, gât încordat, maxilar tensionat, sete), uitat 2 – 3 ore pe zi în oglindă la expresia feţei, bâţâiala (căreia îi duc dorul enorm în acest moment, că nu o mai practic), sperieturi repetate când cineva/ceva mă atingea pe neaşteptate.

Jung îl parafrazează pe Luther, aducând în discuţie „valoarea afectivă a impresiei senzoriale" (Jung, 2004. 78). *Drept urmare aş putea spune că din amorţeala trupească descinde amorţeala afectivă şi invers.*

Nici acum nu accept contactul fizic spontan sub egida afectivului. Mi se pare ceva ruşinos. Îmi este ruşine

de reprezentările publice şi chiar private ale manifestărilor afective ce au loc între două persoane. Să fie rodul faptului că în copilărie mi se punea mâna la ochi (mama făcea asta) atunci când actorii dintr-un film se pupau sau se luau în braţe într-un sens erotic? Conştientizam perfect despre ce era vorba, că cei doi au o comuniune erotică, dar ştiam că nu am voie să privesc, că nu este potrivit vârstei şi statutului meu. Mai mult, pe părinţii mei nu i-am văzut în ipostaze de manifestare a afecţiunii, chiar şi non-erotice.

Vreau să fiu înconjurată de afecţiune pentru ca să arăt cât de „şmecheră" sunt respingând-o. Îmi este frică de afecţiune.

Tot Jung arată că în cazul extrovertului ideea urmează valorii senzaţiei.

*Prin urmare, eu fiind extrovertă (*cf. *MBTI), cum aş putea să am idei conturate puternic, dacă îmi neglijez trupul, menţinându-l* într-*o stare de amorţeală. Mentalul meu este amorţit în punctele ce ţin de afectiv şi senzorial.*

Pot să brodez logico-teoretic cu multă uşurinţă, însă nu interiorizez la nivel afectiv şi fizic, drept urmare nu cred 100% în nimic.

Mă găsesc într-o nesiguranţă permanentă. Am diminuate:

atenţia viteza de reacţie concentrarea memoria (pentru că cel mai uşor memorez afectivul pe care îl consider superfluu).

Tot ce mă interesa era să am parte de cât mai multă atenţie şi să primesc sprijin afectiv pentru a scăpa de nesiguranţă şi a obţine încrederea în mine.

O spuneam teribil de complicat, din dorinţa bolnavă de a-i dovedi agentului că sunt deşteaptă.

Mă simţeam cu musca pe căciulă rău de tot deoarece lucrarea stătea nescrisă în timp ce eu mă „tratam" cu iarbă, alcool şi uneori Lexotan.

Consumam relativ regulat marijuana. N-o ziceam deschis în faţa agentului. La una din şedinţele de început i-am relatat senzaţiile pe care le experimentam când fumam

şi m-am lovit de o rezistenţă teribilă. Am admirat o privire înspăimântată şi am primit un discurs tărăgănat „că nu îmi face bine, e o iluzie”. Era clar că nu aveam cu cine vorbi.

Ştiam şi eu că e o iluzie. Cine nu ştie că drogurile sunt iluzii? Dar uneori îţi mai extind conştiinţa, purtând-o pe meleaguri noi.

Vine terapia. Citesc tema.

Prima chestie pe care o face este să insiste că „nevoia de a fi dependentă nu e o nevoie, e o pulsiune, o tendinţă, căci nevoile duc la construcţie”.

Apoi îmi zice că „e incoerent şi arată *dorinţa mea de a fi extra-specială*”. Plus că *nu există o unitate între raţional, afectiv şi motivaţional, iar funcţionarea mea are loc secvenţial*.

Mă înfurie. Dacă tot mă face de doi bani, măcar să afle tot ce fac.

Aoleu, aşa de vai de capul meu sunt? Secvenţială zic că sunt doar atunci când iau Lexotane şi fumez iarbă. Cumva se face că nu aude ce îi spun.

Oamenii devin sclavii comodităţii, superficialităţii, inerţiei, lenii şi rezistenţei.

Staţi un pic. Că nu ştiţi ce face marijuana. Îţi modifică imaginea de sine. Pe mine una mă face să mă cred mai atentă la tot ce mişcă prin jur.

E o distorsiune…

Da, îţi îngustează conştiinţa, căci te face să te concentrezi pe o felie a realităţii, însă pe bucăţica aceea conştiinţa e mărită, lucrurile şi senzaţiile devin enorme.

E o iluzie…

Se ştie, însă chiar ai senzaţia că orizontul tău perceptiv şi creativ este lărgit. Iar acest lucru îţi creşte încrederea în tine. O să îmi spuneţi că are efecte secundare, le ştiu, apatie şi avoliţie.

De aşa ceva ai tu nevoie?! Eu îţi spun precum copilului meu că ar fi bine să renunţi la acest obicei.

Văleu doamne! Făcea manipulare afectivă. E prima

oară când îmi zice aşa ceva. Mă fac că nu aud ce mi-a zis.

Eu ştiu că nu e bine să o fac. Mai ales că nu mă ajută să-mi duc judecăţile până la sfârşit, în spatele senzaţiilor de deşteptare, atenţie sporită şi înţelegere universală. Mă încântă încrederea aceea chimică pe care mi-o dă, pentru că eu nu o am pe a mea.

Te auto-complaci într-o situaţie care nu-ţi aduce nimic bun, dă-ţi voie să experimentezi şi altceva.

O să o fac, fără doar şi poate

Experimentează şi alte variante în afară de cele pe care le-ai tot uzitat.

Ehehe! Dacă aş avea eu încredere în mine… Şi nu m-aş mai perpeli în frica asta idioată…

Dă-ţi voie, uneori negăm ce aşteptăm.

Eu aş vrea să neg însăşi negarea. Să dau dracului frica şi îndoiala.

Mă ţine danga că să las substanţele. Îmi dă şi o temă *„De ce semnific negativ situaţiile*? *Ce mă face să aleg negativul*? *Cum ajung să aleg negativul*? *Am vreun beneficiu din alegerea negativului*? *Care sunt stimulii care declanşează alegerea negativului*?”

Cinci întrebări care vizau de fapt aceeaşi idee, geneza situaţiilor negative. Plus că îmi pare o aluzie că însuşi consumul de substanţe psihotrope mă face să semnific negativ situaţiile. O sugera aşa mai printre rânduri, când mi-a adresat întrebarea legată de stimuli.

Fac o nouă ciorbă de păcălici. Dovedesc că înghiţisem prescripţia eu îmi dau voie.

De ce semnific negativ situaţiile?

Că nu îmi iese nimic bun, că nu am încredere, că situaţiile precedente au fost nefericite.

Pentru că „trebuie” să le fac. „Trebuie” are o semnificaţie morală. Eu nu înţeleg moralitatea decât la nivel abstract. Drept urmare nu îl interiorizez pe „trebuie”, îl percep negativ şi semnific negativ situaţiile. „Trebuie” este o AMENINŢARE, pentru că mi-a fost explicat în termeni de complianţă faţă de un dat şi nu ca un mecanism

ce perpetuează precepte morale. Chiar dacă mi-l explic aşa, nu reuşesc să îl interiorizez.

Din cauza nevoii de ajutor din afară care să se muleze pe interiorul meu. Nu îl găsesc sau nu îl primesc, aşa că văd negativ. Cum ar spune şi Jung, sunt dependentă de obiect. Mai simplu spus, ajung să semnific pozitiv o situaţie doar atunci când există cineva care să mă dubleze/susţină în a o semnifica pozitiv. În caz contrar, semnific negativ.

Încă din copilărie, când încercam să mă identific cu diverse personalităţi şi situaţii din jurul meu (în special tata), nu reflectam deloc asupra impactului pe care situaţiile îl aveau asupra mea. Eu voiam să fiu şi vreau să fiu în continuare, situaţia pe care am văzut-o la momentul X. Evident că îmi este imposibil să devin în totalitate o situaţie trecută, drept urmare îmi semnific negativ situaţia prezentă. Pentru că nu am reuşit să mă ridic la nişte standarde impuse din afară à semnific negativ situaţiile pentru că nu reflect asupra impactului pe care ele le au asupra personalităţii mele.

Aseară (4.06) am nimerit la un concert de jazz care era aproape de sfârşit. Era o atmosferă foarte veselă şi toată lumea participa dansând şi bătând din palme la unison. Mi-am spus: „uite un caz concret de contagiune colectivă, indivizii ăştia acţionează ca un corpus colectiv. Dar ce-ar fi dacă m-aş lăsa şi eu în voia sentimentului de a te pierde în mulţime, fuzionând şi empatizând cu ea?" Preţ de şapte minute am fost ad litteram cuprinsă de ethosul mulţimii, eram în aceeaşi sferă afectivă şi corporală, participam dincolo de raţiune, era ca şi cum mâncam ceva bun, şi gustul se simţea firesc, fluid, fără a fi impus sau construit.

Mai mult, am avut şi un soi de desprindere, parcă făceam parte (aparţineam), dar totuşi eram o unitate distinctă.

Am relatat această experienţă pentru a arăta că eu, *în general, nu dau voie senzaţiilor şi sentimentelor să se*

desfăşoare în deplinătatea lor. Analizez contextul în care acestea apar, îl raţionalizez, ceea ce mă face să nu îl mai trăiesc în totalitatea lui. De aceea ajung să îl semnific negativ. Înţeleg ceea ce trăiesc ceilalţi (pentru că experimentez până la punctul în care raţionalizez), însă ajung să-i condamn, să îi persiflez, pentru că îmi este oarecum ciudă că nu trăiesc ceea ce trăiesc ei. Prin urmare, semnific negativ anumite situaţii afective colective, pentru că mi se par „fără niciun viitor", deoarece nu reuşesc să mă menţin în ethosul momentului dincolo de raţiune.

Nu dau voie sentimentelor şi senzaţiilor să se manifeste, ceea ce mă duce la semnificare negativă.

Arătam că nu am încredere, învinuiam subversiv terapia pentru incapacitatea mea de a-l sesiza afectiv pe trebuie. Acea nevoie de ajutor din afară se referea strict la calitatea gestului terapeutic de la care mă aşteptam să mă scoată din frică. Nu să îmi tot arate că îmi era teamă să experimentez sau că supra-investesc raţionalul.

Iar la sfârşit nu am curaj să zic „băi nene, dacă tu îmi zici că nu experimentez mă frustrezi şi îmi neg sentimentul de vină că nu sunt suficient de bună şi senzaţia că terapia mea e cam şubredă, lucruri care contribuie la neîncrederea mea generalizată, adică la semnificare negativă".

Citesc textul.

Zice că fac dovada unor mecanisme de rezistenţă afectivă.

— Adică?

— Orice tip de personalitate încearcă să rămână în starea lui naturală, refuzând iniţial să interiorizeze normele sociale. Tindem să rămânem în stadiul iniţial şi trebuie să flexibilizăm pentru a ne oferi evoluţie, creştere.

— Ce ar putea fi denumit drept mecanism de rezistenţă?

— Amânarea deciziei, amânarea acţiunii, devalorizarea, negativizarea situaţiilor, frica de nou,

loialitatea impusă, *slăbiciunea*. *E mai uşor să le vezi la celălalt decât să le vezi la tine*.

Îmi vine să mă dau cu capul de masă la câtă necinste îmi face punându-mi subtil toate acelea în cârcă, dar scriam în ceaslov. Cred că aşa gâdil şi orgoliul persoanei cu care fac terapie. Scriu şi tac o vreme. Ia cuvântul entitatea şi îmi vorbeşte ca şi cum aş fi eu. Avea tehnica asta de ceva vreme, mi se părea cam tâmpită.

— *Cum e la mine*?

— Adică la dumneavoastră?

Râd cu gura până la urechi deoarece am impresia că măscăresc entitatea.

Vio, hai concentrează-te puţin. Alege un mecanism.

Ce mecanism?

Din cele pe care ţi le-am spus mai înainte şi le-ai notat în agendă…

Devalorizarea! De ce credeţi că am ales-o pe asta.

Îi zâmbesc cu subînţeles, poate se prinde că m-a făcut să mă simt ca ultimul om punându-mi toate rahaturile acelea în cârcă. Mi-e ruşine să i-o zic direct.

Cum e la mine? *Adică*, *de unde vine*, *cum se manifestă*, *care sunt stimulii*, *care sunt consecinţele*?

Notez. Mă ia furia. Ce, dacă eu citesc nişte Jung, acest lucru îmi dă automat competenţa de a-mi vedea şi explica atât de complex rezistenţele? Mă duc la toaletă, zăbovesc acolo o vreme şi revin cu poftă de hărmălaie. Sar de la una la alta, ba dizertaţie, ba excursie, ba chiriaşii care îmi plecaseră, ba kinetoterapie. Chem din când în când şi pisica.

Nu se lasă. La sfârşit îmi dă o nouă temă, să îmi decriptez mecanismele de rezistenţă, cu precădere pe cel al amânării. Mă ia pe sus dispreţul. Nu e de competenţa mea să fac aşa ceva, nu eu aveam formare în psihoterapie. Aşa că îmi văd de cititul meu compulsiv, cine ştie, poate aveam să-i dau de cap situaţiei tâmpite în care mă aflam.

Între timp terminasem de citit primul volum scris de bătrânul Jung şi trecusem la volumul „Tipuri Psihologice”.

Îmi atrage atenţia noţiunea de simbol unificator ca legitate dinamică portretizată prin intermediul zeităţii indiene Rita.

Jung vorbea despre reprezentarea lui Rita ca lege morală ce poate aduce „adevărul şi mersul pe drumul drept” (Jung, 2004, p. 225). Mamăăă! Fix ce vreau eu! Să mă pun pe drumul cel drept.

Jung spunea că a te mobiliza într-o direcţie bună şi oportună presupune ţinerea în frâu a propriului libido.

El numea energia specifică dinamizării umane libido. O descria ca o stare potenţială de a te implica. Putea avea legătură şi cu sexualitatea. Însă nu era văzută exclusiv ca energie sexuală, aşa cum explica Freud libidoul.

Cum ţineai libidoul în frâu? Înţeleg că prin ajungerea la ce semnifica Rita – *ordine stabilă*, *determinare*, *decizie*, *drept*, *adevăr*, *lege morală* (Jung, 2004, p. 224).

Superb! Vreau să-mi sădesc sămânţa devenirii ordonate şi stabile! Dar cum să fac?

Nu vreau să mă mai frământ cu rezistenţele şi tumultul interior. Vreau, vorba agentului, „să-mi construiesc” încredere stabilă pe baza determinării şi însuşirii legilor morale.

După ce vorbeşte despre Rita, Jung arată cum *„cauza şi motivaţia moralităţii sunt părţi componente ale propriei naturi şi nu limitări exterioare”* (Jung, 2004, p. 230). Plus că nu există morală fără libertate. A urma cursul moral doar din teama unei potenţiale sancţiuni sau a „da frâu liber bestiei” sunt nefericite constrângeri ale naturii umane. Libertatea individuală apare prin înfrângerea acelei barbarii care vrea să „dea frâu liber bestiei” graţie unei interiorizări a moralei ca fiind parte a propriei naturi şi nu ca o componentă exterioară.

Mda, adică să nu-l mai hulesc pe trebuie, să fac ce e bine, să nu mă mai revolt. Dar pe mine mă făceau să mă simt bine revolta şi joaca.

Aş vrea să mă dezvăţ de revoltă şi să mă fac ordonată şi stabilă. Nu ştiu cum. Mă cam întristez. Citesc în continuare. Îmi spun că disciplinarea atenţiei prin lectură

constantă participă şi ea la însuşirea ordinii.

Dau peste un paragraf în care se spune ceva despre starea de fericire ca stare creatoare. Îmi vine un şuvoi de idei. Încerc să le transpun în scris în ceaslovul de terapie.

Starea de fericire este o stare creatoare, prin urmare se poate spune că eu nu am fost niciodată cu adevărat fericită, pentru că momentele mele de creaţie maximă suna acelea de tensiune, nefericire, angoasă. Dacă sunt fericită, atunci ce îmi mai trebuie? Adică, văd fericirea ca pe o absenţă a suferinţei şi a necesităţii de a face orice. E posibil să nu fie fericire, aşa că poate că mi-ar trebui o valoare centrală, care să mă motiveze înspre acea stare creatoare.

Aseară, de fapt azi-noapte, înainte de a adormi, mi-a venit în minte o imagine dublată de o stare – biroul camerei mele, îmi făceam lecţiile, la citire, eram clasa I, era soare şi se vedeau frunzele verzi ale pomilor şi simţeam un fel de beatitudine şi fericire. Spre sfârşitul clasei I pot spune că am fost fericită şi liniştită, pentru că mă obişnuisem cu noul mediu. Începutul a fost oribil. Nu îmi plăcea că trebuia să fac lecţii, nu îmi plăceau colegii pe care îi consideram „amărâţi" pentru că nu puteam comunica cu ei. Fie erau neînzestraţi intelectual, fie îşi consumau toată energia „la lecţii", nemairămânându-le pentru joacă.

De asemenea, îmi amintesc că în prima zi de şcoală o colegă, Andra, plângea pentru că nu voia să se despartă de mama ei. Tot atunci mi s-a părut absolut inutilă şi retardată comanda „mânuţele la spate". Am respectat-o fără bucurie pentru că nu eram de acord cu ea.

Mă inspirase Jung cu zelul lui creativ şi voiam să-l dobândesc şi eu. Măcar lucrarea să o scriu. Am reintrat în atmosfera primului an de şcoală, dintr-o speranţă de a-mi ajusta revolta pe cerinţele educaţionale. Nu am reuşit.

Am prins a mă plânge că nu am o valoare centrală şi de aceea nu pot accepta regulile. Îmi citesc mica reverie la terapie.

Mi se spune că *principala valoare era viaţa, ca trăire, devenire, spiritualitate, motricitate, succes, eşec, unitatea contrariilor*.

Notez ca la clasa întâi, că poate-poate mă ajustez. Dar mi se părea o explicaţie neghioabă.

Ca să nu arunc cu mocirlă în acea explicaţie încep să mă plâng că sufăr că nu am fost un elev bun la timpul meu. Declanşez o invitaţie la suferinţă.

— *Trecând prin suferinţă, înţelegând-o, dându-i semnificaţie de lecţie de viaţă, ajungi la o altă perspectivă de a privi lucrurile*.

— Mie nu îmi place suferinţa! Dar cui îi place?!

Integrarea suferinţei e o etapă necesară. Poate de aceea te-ai şi întors la un moment de securitate afectivă din clasa întâi.

Când la ore mă simţeam la capătul răbdării e securitate afectivă?

Revolta e un mecanism de apărare.

Când te revolţi pe suferinţă e mecanism de apărare? Dar e unul bun! Ce să faci? Să stai să suferi până mori? Faci bucăţi sursa suferinţei. De ce m-aş preda sursei suferinţei? Să mă arunc din lac în puţ?!

Vorbim de suferinţă psihologică…

Da, corect, e treaba cu mecanismele de apărare inconştiente.

Mecanismul de apărare mă face să nu mai simt suferinţa pentru că mă doare. Nu suferinţa este cea care ne împiedică creşterea, ci ne încurcă mecanismele de apărare pe care le-am construit pentru a evita suferinţa.

Bine, bine! Am înţeles. Am evitat să sufăr cu lecţiile şi temele pentru că voiam să mă joc. Dar ce este de făcut ca să nu mai fac acelaşi lucru şi la maturitate?

— *Starea de aici şi acum plenară, infantilă, este preluată la maturitate şi asociată cu norme şi valori. Astfel se face o altă unitate la nivel psihic*.

Treaba cu starea de aici şi acum mi se pare o frecţie

la picior de lemn. Dar asocierea trăirilor cu norme şi valori e fix ce vreau. Mă abţin să nu ies din cameră sau să îmi chem pisica.

Cum fac eu să asociez starea aia cu norme şi valori?

Poţi să îţi vezi proiecţiile, cum etichetai colegii de clasa întâi.

Aha. De ce?

Etichetarea restricţionează câmpul conştiinţei. Folosirea etichetării poate fi o strategie în a te accepta mai uşor în comparaţie cu celălalt, căruia îi pui eticheta, proiectând asupra lui propriul conţinut. Prin etichetare te eliberezi de tensiunea conţinutului tău.

Păi, dacă aşa eticheta bunica majoritatea copiilor din jurul meu, o imitam şi eu.

Lasă etichetarea şi vezi-ţi demonstrativitatea. Prin demonstrativitate ajungi să-ţi negi viaţa.

Eee! Chiar aşa? Tre' să fii slab de tot ca să ajungi să te înghită demonstrativitatea. Demonstrezi pentru că vrei să obţii ceva. Nu demonstrativitatea în sine contează ci ceea ce vrei să iei prin ea. De ce ar mai exista atunci concursuri şi note? Nu e însăşi nota o demonstraţie a cunoaşterii?

Demonstrativitatea denotă o discrepanţă între aşteptări, motivaţie şi resurse. Nu e o unitate psihică între ele, la ea?

Interesant. Eu nu le ştiu sau departajez prea bine pe ale mele… cum funcţionează unitatea asta, cum ajung Nu mai e timp, ora alocată terapiei se epuizase. Îmi dă temă să spun *ce sunt la mine motivaţia, aşteptările şi resursele*.

Parcă mă batjocorea. Scriu ceva în care îmi vărs ciuda frustrărilor. Evident bag şi fragmente din discursul terapeutic care mi se tot adresa şi dovedesc că sunt în stare să exprim ce simt. Nu de alta dar parcă îmi tot scosese ochii că nu eram capabilă „să dau voie emoţiei". Mai zic şi de suferinţă.

Azi dimineaţă am avut înainte să cobor la metrou un soi de epifanie, mă simţeam ca pe la 6 – 7 ani, când mă

ducea tata la grădiniţa de limba engleză. Aerul răcoros al dimineţii, strălucirea soarelui, forfota de pe stradă, multitudinea oamenilor, aspectul ponosit al blocurilor m-au transpus mă bucuria de a observa şi simţi pe care o aveam la acea vârstă. E ciudat că îmi amintesc cum la acea vârstă mă poziţionam cumva deasupra multor lucruri din jurul meu. Adică îi percepeam pe majoritatea oamenilor de pe stradă, cum sunt şi acum, simpli, munciţi, înverşunaţi, îngânduraţi, săraci, nefericiţi, răutăcioşi, nedemni de respectul cuvenit unor oameni integri. Blocurile, magazinele, maşinile, le integram în spectrul lucrurilor „de mântuială", izvorâte din sărăcia materială şi spirituală. Acum, retrăind momentul, pot spune exact în ce consta acea senzaţie de „câh" pe care o aveam la vârsta preşcolară.

Odată ajunsă pe peronul staţiei de metrou regresia mea în timp a continuat. Lângă mine era o femeie la vreo 30 şi ceva de ani cu fiica ei. Mama părea să fi fost o femeie frumoasă, căreia timpul i-a asprit trăsăturile, însă nu i-a diminuat interesul pentru prezentarea sinelui într-un mod elegant. Deşi hainele păreau a fi de proastă calitate, erau frumos aranjate, părul coafat, manichiura făcută, lăsa un aer de dichisită. La fel şi fiica ei. Aşa mi-am amintit de două „nefericiri", insatisfacţii ale copilăriei, faptul că mama arăta mai mereu ca o „troală", şi că eu nu dispuneam de garderoba şi înfăţişarea unei fetiţe elegante. Privind-o pe fata din metrou cu părul ei lung aranjat în două codiţe şi rochiţa roz, am simţit aceiaşi deznădejde combinată cu admiraţie, respect şi invidie, pe care o simţeam la 6 – 7 ani la vederea unor fetiţe aranjate. Sufeream enorm că mama mă tundea tip „castron" pe motivul că fac „dulcici". „Dulcicii" erau porţiunile de păr încurcat ce arătau ca nişte mini-câlţi în format ghemotoc-gogoloi. Apăreau pentru că mă bâţâiam şi părul care se freca de tapiţeria în relief a canapelei se încurca şi lipea în micile gheme ale „dulcicilor".

Nu pot să îmi explic de ce îmi doream ca mama să fie frumoasă şi aranjată. Ţin minte că o îndrăgeam foarte mult

pe Tanti Carmen, sora tatălui meu, tocmai pentru că avea mereu unghiile făcute roşii, purta rochii elegante, colorate şi vaporoase, multe bijuterii şi se machia strident aş spune acum, frumos aş fi spus atunci – creion negru, fard argintiu sau albastru, ruj roşu.

Să revin puţin asupra „domnişoarei de pension" din metrou. Şi-a dat arama pe faţă, evidenţiindu-şi sorgintea „poporană". În momentul în care a coborât i-am putut observa săndăluţele ponosite şi unghiile netăiate de la picioare cu ceva contur negru sub ele.

Am relatat aceste mici înapoieri în timp pentru a explica ce sunt la mine aşteptările. După cum s-a văzut şi în trăirile copilăriei, mai mereu percepeam ceea ce era în jurul meu ca fiind inferior. Aşteptările mele au fost mereu mari, am tins către a fi măcar cea mai frumoasă, dar m-am resemnat pe la 8 ani când m-am tuns brosse ca un băiat. De fapt, a fi frumoasă şi admirată erau singurele deziderate, nefiindu-mi prezentate virtuţile inteligenţei în afara imperativului de „trebuie".

Până la 18 ani nu am conştientizat spectrul meu intelectual şi virtuţile aplicabilităţii sale în spaţiul social, pentru a acumula cât mai multă atenţie şi empatie din partea celorlalţi.

Obţinerea atenţiei celorlalţi este practic singurul mecanism motivaţional pe care l-am avut până acum aproximativ un an. Atunci a apărut regresia în copilărie, retrăirea anumitor stări şi situaţii mă făcea fericită. Aşa că mi-am mobilizat resursele pentru a face asta, nu mă mai interesa doar să obţin atenţie. Mai mult, am început să fiu interesată de înţelegerea contextului din jurul meu dincolo de crearea premiselor pentru obţinerea atenţiei. Îmi plăcea să înţeleg doar de dragul cunoaşterii per se.

Şi acum îmi place să fac asta, din ce în ce mai mult, numai că mă lupt cu o bolnăvicioasă lipsă de concentrare. Îmi place să înţeleg, însă nu am răbdare să stau prea mult concentrată într-o singură direcţie. Aceste rânduri le-am scris în mai multe etape. Deşi imboldul raţional a fost să le

scriu cap-coadă, am făcut vreo 5 pauze pentru că efectiv atenţia îmi zbura în altă parte.

Aşteptările sunt mari, resursele sunt puternice (sub stres fac dovada unei adevărate robusteţi intelectuale şi fizice), dar nu ştiu exact cum să le accesez şi orientez într-o direcţie concretă, pentru că nu ştiu exact ce mă motivează. Adică, la nivel raţional ştiu, dar interiorul îmi spune altceva – nimic nu merită să depui un efort prea mare.

Foarte curios, constat că îmi este mai dificil să-mi centrez atenţia multă vreme într-un moment în care nu sufăr influenţe externe. De exemplu, cum este acum, stau la birou, e linişte, atenţia mi se duce în 7 părţi. În metrou unde este un adevărat vacarm, lucrurile stau exact pe dos.

Citesc la terapie. Tot ce mi se spune e „că scosesem la suprafaţă multă furie pe care o aveam în copilărie". Cică e „necesar să exprim furia în iertare". Mă înfurii şi mai tare. Mă disociez de furie ca să nu iau agentul la bătaie. Şi sfârşesc prin a bat apa conceptelor în piua furiei. Adică să mă scald într-o haldă de steril.

Sărmana scriere, e chiar complexă, merită mai multă atenţie decât i se dă.

E acolo atenţie la detaliu, trăire intensă, frustrare, valorizarea aparenţelor, voinţa mea de atenţie, voinţa mea de putere, voinţa mea de a avea acces la tehnici care să mă ajute să-mi concentrez atenţia mai bine.

Din păcate mă las absorbită de discursul entităţii şi mă fac că acea scriere nu există. Nu mă mai concentrez pe mine, ci pe discursul care îmi e adresat la terapie.

Îmi inhib pofta insaţiabilă de gratificare, atenţie şi înţelegere pe care o aveam încă de atunci.

Scrierea denota că mă revoltam pe normalitate dar totodată voiam să mi-o însuşesc. Mă poziţionam cumva deasupra tuturor, mă credeam specială şi în acelaşi timp mă consideram inferioară şi nedemnă. Nu-mi puteam menţine atenţia concentrată la nevoie, dar prezentam o sumedenie de detalii care mi-ar fi scăpat dacă atenţia nu-

mi funcţiona.

Agentul n-a sesizat acest lucru.

Eu pedepseam aşteptările părinţilor mei de a fi atentă la ceea ce era în jur dintr-o perspectivă a bunului simţ.

Eram atentă doar la ceea ce putea fi criticat.

Pentru că îmi făceau observaţie înainte ca eu să fi făcut ceva. Îmi spuneau să fiu atentă când eu eram deja atentă. Mă povăţuiau să salut înainte ca eu să apuc să salut. Bineînţeles că de faţă cu ceilalţi. Mi se prescria să fiu ca ceilalţi copii, cuminte şi atentă, de faţă cu cei de vârsta mea. Mi se arăta cum să mă joc, înainte ca eu să apuc să mă joc. Mi se cerea dovedirea inteligenţei într-un context în care însăşi inteligenţa îmi era minimalizată printr-o sumedenie de prescripţii care mă făceau să mă simt neajutorată.

Mă simţeam un papă-lapte care nu e în stare să facă ceva fără asistenţa părinţilor. Părinţii mei voiau să se poată mândri cu mine iar eu îi făceam de ocară pentru că nu îmi lăsau spaţiu de acţiune.

Revolta mea din copilărie avea la bază un sentiment de inutilitate şi neajutorare. Îl transpusesem în acea scriere. Foloseam cuvinte mari pentru a descrie că nu eram mulţumită de înfăţişarea mamei mele şi a mea. Reactivasem o modalitate de pedepsire. Mama se aştepta ca eu să fiu atentă şi să dovedesc că eram inteligentă iar eu eram atentă la lucrurile dichisite şi îi arătam că nu e suficient de frumoasă. Voiam ca la rândul meu să fiu frumoasă şi admirată dar mă revoltasem şi împotriva mea, mă tunsesem ca un băiat. Prin acest gest încercam cumva subversiv să-mi însuşesc titulatura de specială pentru a compensa permanenta nemulţumire de sine. Insistam pe chestiuni fizice pentru a scăpa de tensiunea performării intelectuale. Dar foloseam cuvinte mari, intelectuale.

Pentru că voiam gratificare. Şi în copilărie, şi la momentul de atunci. Mă aşteptam la gratificarea terapeutică pentru tema mea scrisă în cuvinte mari.

Nu doar la atât, mă aşteptam şi la înţelegere şi alinare sufletească.

Am primit steril cu lopata. Nişte prescripţii care nu mi se potriveau. Mi-am transformat dorinţa de a agresa fizic agentul într-o revoltă mocnită. Totodată nu am renunţat la dorinţa de a fi gratificată de domnia sa. Nici la voinţa de a mai primi câte o chestie benefică, cum fuseseră prescripţiile care mă făcuseră să mă las de bâţâială. Am dus jocul aparenţelor la paroxism.

Ani la rând.

Faptul că în 2010 nu mi-a fost luat în seamă fragmentul şi dorinţa mea de gratificare prezentă în el a contribuit masiv la ce s-a întâmplat peste cinci ani. Am scris această carte pentru a primi gratificarea finală a agentului. Am scris compulsiv.

Capitolul V. Scriu compulsiv

Înainte să mă las de bâţâială mi se tot prescrisese responsabilitatea. Consideram că dacă scriu ce mi se prescrie mă arăt responsabilă. Am dus gestul de a scrie la extrem.

Demersul de a scrie această carte a pornit de la voinţa mea de a dovedi că am devenit responsabilă de terapia pe care am făcut-o. Să-mi arăt mie şi celorlalţi că nu am dat banii de pomană timp de şase ani şi jumătate.

Dar mai ales să îi arăt entităţii terapeutice că sunt demnă de apreciere, laudă şi nu mai am nevoie de terapie.

În loc să îi spun deschis că vreau gratificare.

Din dorinţa mea de gratificare am scris compulsiv şi am dus aparenţele la intensitatea insuportabilului.

Am început să scriu pe şase noiembrie 2013, la trei ani şi jumătate după ce am renunţat la bâţâială, pe 23 aprilie 2010.

Am tot rescris o rescriere a unei rescrieri a unei scrieri.

Cum aşa? În 2010 am început să notez câte ceva în timpul şedinţelor de terapie.

În 2013 am început să scriu această carte pornind de

la notiţele mele de început. În 2014 citeam la terapie ce scriam. Am ajuns să rescriu mare parte din conţinut. În martie 2016 am terminat cartea.

Scrisesem o variantă blândă, menită să nu supere agentul terapeutic. Ba chiar să îi elogieze munca.

Persoana de la terapie a citit scrierea cea elogioasă. A luat-o relativ neutru. Eu mă aşteptam să-mi spună că gata, nu mai am nevoie de terapie.

Dar nu, a insistat chiar că e necesar să continui, căci există pericolul de a pica într-o stare de confuzie.

Bun, mă învoiesc. Mai fac câteva şedinţe. Îmi dau seama că nu sunt confuză. Ci am de-a face cu aceleaşi concepte răsuflate ca „starea de prezenţă” şi „primenirea”.

Sunt diplomată, conving agentul să facem terapie peste aproape o lună, aşa întru verificare.

Între timp mă apuc să rescriu cartea. Realizez că terapia nu mai are ce căuta în viaţa mea. Fac suficientă terapie prin simpla rescriere a cărţii.

Sun agentul. Rog amânarea şedinţei până ce termin rescrierea cărţii.

Spre uimirea mea mă sună peste două săptămâni. E sfârşit de mai. Îmi sugerează că i s-ar cuveni drepturi de autor. Eventual să fie chiar co-autor.

Este confirmarea ultimă a putinţei mele. Mai mult de-atât nici că îmi puteam dori.

Îi spun că mă voi gândi, voi lua în calcul varianta. Insistă. I-o trântesc.

Ştiţi eu v-am plătit şedinţele. Dar mă voi informa şi cum stă treaba cu drepturile de autor.

Vio, mă dezamăgeşti. E o jignire ce îmi spui tu acum.

E dincolo de intenţia mea să vă jignesc. Cred că ar fi indicat să vorbim cu altă ocazie. Mă sună iar, în ziua următoare.

Nu credeţi că e un pic deplasat ce faceţi? Îmi vorbiţi de drepturi de autor în condiţiile în care nu mi-aţi emis factură, bon fiscal pe vreo şedinţă. Iar jignirea nu are ce

căuta într-un discurs terapeutic.

Încearcă să mă îmbuneze.

Mă joc. Argumentez că ar fi necesar să facem o şedinţă de încheiere. La care să îi dau şi noua variantă a scrierii.

Se învoieşte. Aşteaptă telefonul meu.

Să aştepte învierea morţilor şi viaţa veacului ce va să fie. Poate chiar să-mi citească cartea în librărie.

Am înţeles ce eram eu pentru agent, o formă prin care îşi sporea venitul şi mai experimenta câte ceva. Nu conta rezultatul meu final.

Eram singura care credea în finalitatea gestului terapeutic. Ba chiar năzuiam să scot o epopee nemaivăzută din războiul meu cu agentul şi cazna mea cu asimilarea psihanalizei şi a altor cărţi.

Agentul nici măcar nu percepea că-i vreun război, îşi vedea liniştit de discursul prăfuit şi de încasarea banilor mei. Îi mai era şi comod să vină la mine acasă, căci stătea în acelaşi bloc cu mine.

Iniţial mi-am reprezentat întregul demers de a-mi rescrie „ceaslovul”, ca pe un act simbolic, de aşezare, răbdare şi regenerare existenţială.

Credeam că rescriam întregul parcurs al terapiei, poziţionându-l într-o lumină actuală pentru a-mi oferi înnoirea, stabilizarea şi individuaţia.

Făceam terapie în continuare şi nu vedeam că eram blocată în redarea compulsivă a unui aşa-zis gest de „primenire”. Nu cred în primenire.

Doar ştiu instinctiv că îmi place forţa şi vitalitatea. Şi să controlez. A trebuit să mă detaşez de întregul cadru terapeutic şi să îmi văd notiţele dincolo de distorsiunile pe care le întreţineam.

Asimilasem conceptele pe care iniţial le dispreţuisem. Le băgam în scriere ca şi cum erau ale mele. Am scris compulsiv şi am căutat tot compulsiv să obţin lauda pentru titanicul meu demers de a scrie.

Presupuneam că voi naşte o lucrare simbolică menită

a mă dezrobi de inadecvări. Însă am făcut uz de piesa compulsiei. Am ajuns la un ritual de scris şi citit, prin care îi cerşeam gratificarea agentului.

Domnia sa îmi spunea că „pierd coerenţa”.

Oricum nu o aveam dat fiind că îi puneam pe un piedestal trăsnăile incoerente despre „emoţiile mele blocate” şi „primenire”.

Aveam impresia că prin scriere îmi deblochez energia vitală în a o putea utiliza conştient. Jung spunea că energia vitală, libidoul poate fi eliberat şi printr-o lucrare ritualică.

Eliberarea face ca libidoul să poată fi utilizat conştient, el este domesticit. El este trecut dintr-o stare instinctivă, neîmblânzită într-una de disponibilitate (Jung, 2004, p. 226). Ritualul e o secvenţă stereotipă de activităţi, menit a influenţa mediul înconjurător.

Eu ziceam că fac ritual de „primenire” şi individuaţie, când de fapt aveam ritualism compulsiv al scrisului. „Primenirea” aceea era doar o clismă eşuată.

Puneam pe piedestalul „stării de prezenţă” „conţinuturile mele terapeutice”, ca să le „deblochez”.

În dorinţa mea de a-mi oferi eliberarea de agent prin recunoaşterea meritelor am picat în capcana ritualismului compulsiv, scris-citit, citit-scris.

Pentru că mă păcăleam, aşa cum mă păcăleam şi la începuturile terapiei. Când eu voiam încredere şi forţă şi spuneam că îmi doresc afecţiune şi intelectualizare. Era insuportabil să scriu tâmpenii doar de dragul de a le scrie. Voiam GRATIFICARE!

Voiam lauda şi atenţia pentru putinţa mea de a scrie.

Am fost ascultată vreo 6 – 7 şedinţe. Mi se spunea că „citesc prea mult” şi era indicat „să-mi expun liber tematica”, să o „discutăm din perspectiva momentului prezent”.

Citeam în continuare, căci momentul meu prezent era sub imperiul voinţei de a obţine gratificarea agentului şi nu credeam în ce scriam.

Până când mi s-a aplicat o intervenţie directă şi

tăioasă. Citeam capitolul patru şi când am ajuns la partea cu etichetarea, mi s-a spus ferm să mă opresc din citit. Evident că am protestat, dar n-a fost chip să înduplec. Mi s-a spus că venise momentul „să-mi văd faţă în faţă compulsia şi defazajul între trecut şi prezent”. M-a luat durerea de cap.

Mi s-a explicat că durerea mea de cap era doar „somatizarea unei staze”. „Nu îmi dau voie să merg mai departe, să las în urmă cârjele”.

Cică „cititul ca la clasa întâi” era „o cârjă”. Am insistat că nu e aşa.

Entitatea a luat-o razna. „Încerci să mă faci pe mine să fiu aliatul tău în a-ţi asculta şi corecta lecţiile”.

Am vrut să notez ceea ce mi se spunea. M-am lovit de o ameninţatare, persoana cu care făceam terapie mi-a zis că pleacă acasă dacă continui să pun în acţiune mecanismul „şcolar-dascăl”. „Să nu mă mai raportez compulsiv la trecut” şi „să dau voie stării mele de prezenţă să curgă”.

Îmi însuşisem ideea de „a-mi da voie stării de prezenţă să curgă”.

Mă disociasem de dispreţul pe care îl aveam pentru acea expresie. Mi se părea o exprimare gogomană. Fusesem bombardată cu ea în mod obsesiv. Ca să o suport o asociasem cu ceva pe placul meu, spiritul de observaţie, atenţia la detaliu şi încrederea în sine.

Însă atunci, în februarie 2014, nu aveam formulată bine această concluzie. Deoarece nu îmi reluasem toate notiţele terapeutice, inclusiv pe cele ce aveau să vină până în martie 2016, când am oprit terapia din proprie iniţiativă.

Faptul de a scrie această carte m-a ajutat enorm să ştiu cine sunt şi să văd ce terapie de grădiniţă am avut.

Însăşi compulsia de a o scrie m-a lămurit în cele din urmă care este natura mea. Dar până să înţeleg care era voinţa de a-mi aranja puzzle-ul meu personal mi-a luat ceva.

Punerea faţă în faţă cu a mea latură compulsivă a

avut un cuvânt de spus. Şi aşa m-am apucat să scriu prezentul capitol.

Am reluat şi răsreluat ultimele pasaje, mica „reverie în trecut” şi etichetarea. Am tot dubitat cum la ce zicea agentul, că „rescriu cu spor şi compulsiv trecutul fără a-l mai trece prin filtrul prezentului”. Adică cum caut eu gratificarea.

am gândit de ce făceam terapie. Mmm, grea întrebare.

„Ca să am o reprezentare potrivită a situaţiei existenţiale, să fac lucrurile de una singură. Şi nu compulsiv”.

Asta am scris în varianta ce era pe placul agentului.

Eu făceam terapie din inerţia dorinţei de a obţine gratificarea ultimă.

Mi-am început terapia pentru a scăpa de un gest compulsiv. Tot compulsiv am citit, scris, asimilat noi cunoştinţe după renunţarea la bâţâială. După aproape patru ani de la renunţarea la bâţâială m-am apucat să scriu. Şi ce să vezi? Tot compulsiv.

Literalmente m-am dat de ceasul morţii cu un voi fi în stare să scriu „cum se cuvine de una singură”. Normal, scriam în mare parte o sforăială pe placul agentului.

Ca să reuşesc să continui mi-am aplicat mie o semipăcăleală. Mi-am spus că sunt nerăbdătoare.

Nerăbdarea face parte din complexul de perfecţiune. Vrei să faci lucrurile rapid şi perfect întru a obţine gratificarea pentru ce om extraordinar eşti.

Îmi spuneam că lucrurile nu au cum să funcţioneze aşa de-o dată, adică, gata am identificat problema şi rotiţele s-au învârtit de la sine.

Nu a mers. M-am folosit de ceva ce ştiam să fac bine.

Din jale şi nerăbdare m-am băgat în oala ideilor mari. Aşa cum în 2010 l-am luat în braţe pe Jung, din jalea de avea nerăbdarea şi frica de a-mi scrie dizertaţia

Pentru că ideile mari îmi dau mereu avânt vânos să merg mai departe.

Mi-am amintit de un concept de care aflasem la un moment dat. Şi l-am dat gata citind despre el, compulsiv pe internet.

Mi-am spus că până la urmă o să-mi pot direcţiona facil energia, atenţia, memoria, voliţia, motivaţia şi fluxul cognitiv în direcţia Flow-ului.

Conceptul de Flow a fost introdus de Mihály Csíkszentmihályi, un profesor de psihologie ungur care a emigrat la 22 de ani în SUA. Unde în cele din urmă a ajuns coordonatorul departamentelor de psihologie, sociologie şi antropologie ale universităţii din Chicago. Mihály a cercetat creativitatea şi fericirea, cristalizând o ramură de sine stătătoare a psihologiei, psihologia pozitivă.

Aceasta urmăreşte funcţionarea umană pozitivă şi încearcă să construiască indivizi, familii şi comunităţi prospere. Caută să înţeleagă aspectele pozitive, creative, adaptative ce împlinesc emoţional omul.

Mihaly era şi el obsedat cu emoţia ca entitatea mea, numai că scosese ceva bun şi temeinic din obsesia lui.

Cercetarea din domeniul psihologiei pozitive se centrează mai degrabă pe identificarea talentului şi pe ceea ce desăvârşeşte viaţa normală şi mai puţin pe boala psihică. Flow-ul se află la baza acestui tip de psihologie.

A te afla în flow, a fi pe val, semnifică acea stare de prezenţă intensă şi energizatoare. În care te afli atunci când eşti complet absorbit de o sarcină care îţi place.

Implică o motivaţie complet focusată, atenţie plenară, cunoaşterea ţelurilor şi a structurii sarcinii, o adecvare a abilităţilor personale la cerinţele sarcinii cât şi o stare generală de relaxare şi creativitate.

Se spune că Michelangelo a pictat Capela Sixtină fiind în flow. Adică, după ce picta absorbit ore sau chiar zile în şir, pica precum un sac de oboseală, pentru ca apoi să se trezească complet odihnit şi s-o ia de la capăt. Flowul echilibrează resursele cu motivaţia.

Flow-ul reprezintă o sinteză adaptată a personalităţii adecvată la o sarcină dată.

Mi-am zis că Flow-ul poate să apară odată ce omul şi-a însuşit individuaţia, acea sinteză conştientă a contrariilor de care vorbea Jung.

Adică atunci când fiinţa umană a integrat superba ordine apolinică şi a conştientizat dionisiaca lume a instinctelor fără limite ce se află în el.

Conştientizarea instinctelor i-a abolit individualitatea dar în acelaşi timp a şi construit-o pentru că a asociato cu integrarea ordinii.

Jung spune că pentru a integra ordinea apolinică laolaltă cu lumea instinctelor e nevoie de funcţia transcendentă.

Funcţia aceasta înseamnă că „se rup legăturile emoţionale cu obiectul, inconştientul este contopit cu activitatea psihică conştientă, eliminându-se astfel influenţele perturbatoare ale inconştientului” (Jung, 2004, p. 139). Speram să mă eliberez de obiectul fricii mele, entitatea agentului.

Funcţia transcendentă a lui Jung are loc când omul are deja o personalitate individuală, dincolo de influenţele perturbatorii neconştientizate.

Printr-un proces de diferenţiere şi unire a contrariilor omul ajunge la o personalitate individuală. Individuaţia semnifică o lărgire a sferei conştiinţei şi a vieţii psihologice conştiente (Jung, 2004, p. 475). Individul ajunge să-şi folosească propria materie primă (gândire, simţire, senzaţie, intuiţie) în a-şi atinge scopurile. Deoarece reuşeşte să-şi unifice teza cu antiteza, anulează disocierile şi constrânge forţa contrariilor să se angajeze pe firul unei albii comune. Staza vieţii este suspendată, viaţa poate curge mai departe cu forţe reînnoite şi ţeluri noi (Jung, 2004, p. 493).

Mi s-a părut că funcţia transcendentă avea legătură cu unul dintre citatele pe care înţelepciunea zilelor noastre, Wikipedia, le asociază ideii de flow.

Poate părea naiv, dat fiind că îi aparţine lui Bruce Lee. Dar Bruce Lee nu doar că îl bate pe Chuck Norris, dar

a scris şi o carte în care a vorbit despre importanţa adaptabilităţii şi a renunţării la idei preconcepute.

Cartea nu aveam chef să o citesc, dar m-am uitat la videouri în care vorbea Bruce. Zicea aşa:

„Să fii ca apa… Goleşte-ţi mintea. Fii fără de formă, ca apa. Dacă torni apă într-o cană, ea ia forma căniii, devine cana. Torni apă într-o sticlă şi ia forma sticlei. Apa poate curge sau se poate prăbuşi. Să fii ca apa, prietene”.[1]

Îmi spun că până la urmă apa transcende forma, obiectul.

Apa descrisă de inamicul lui Norris îmi părea a avea legătură cu individuaţia.

Adică face exact ca şi individul ce a trecut prin procesul de individuaţie, care s-a diferenţiat şi a renunţat la feluritele legături cu obiectul. S-a dus dincolo de dependenţe, ataşamente, compulsii, sau idei preconcepute. A avut capacitatea de a-şi flexibiliza şi fluidiza universul şi se poate mula pe existenţă ca apa lui Bruce Lee. Totodată e conştient şi de micimea lui, pentru că apa câteodată se mai şi prăbuşeşte. Sau se evaporă.

Am găsit noţiunea de funcţie transcendentă şi în matematică. Reprezintă o funcţie algebrică independentă de o variabilă. „Transcende” algebra în sensul că nu poate fi exprimată în termenii unei secvenţe finite de operaţii algebrice de adunare, multiplicare sau extracţie de rădăcină. Mi s-a părut că logica jungiană se aseamănă cumva cu algebra în sensul că ambele funcţii sunt independente, de un obiect sau de o variabilă.

Făceam aceste analogii pentru a mă convinge să nu renunţ la a scrie această carte. Şi să mă scap de pulsiunea de a cere ajutorul şi gratificarea.

Nu ieşisem încă din aşteptările copilăriei.

Cum nu ieşisem nici în 2010, când a mea temă ce pornea de la epifania din metrou îmi fusese minimalizată la

---

1 https://www.youtube.com/watch?v=pAxOHPmITHI (accesat la 4.01.2016)

a fi o dovadă a furiei din copilărie.

Iar eu, ca să nu agresez fizic entitatea terapeutică m-am învoit să lucrez furia. A fost un bolnav joc al aparenţelor din care nu cred că mi-a ieşit mare lucru.

Capitolul VI. Furia

Citisem reveria mea de la metrou şi mi se spusese că readusesem în prim plan furia din copilărie. Ştiu că tot fusesem descrisă ca un copil furios, iar la maturitate mi se spune că sunt agresivă. E ceva ce apreciez. Din obidă.

Dacă nu pot spune că sunt puternică şi încrezătoare, atunci măcar ştiu că sunt impulsivă şi sălbatică. Mi se pare o dovadă de putere primitivă. Măcar atât am, un foc viu şi nestăpânit în mine.

De aceea şi accept premisa entităţii.

Plus că îmi vine atât de tare să fac o dovadă a impulsivităţii mele. Vreau să cotonogesc cârca entităţii pentru că mi-a minimizat trăirile şi sentimentele pe care le-am exprimat în scriere. Le-a redus la furia din copilărie.

Mă detaşez de pofta de a sfărâma oasele persoanei de la terapie. Sau de a-i dărâma figura cu un mare pumn. Presupun că dacă încurajez să îmi fie expuse informaţii despre cum mi-aş putea stăpâni furia, atunci voi reuşi să scot ceva bun din ea.

E departe de mine premisa de a renunţa vreodată la furie. Vreau doar să o îmblânzesc suficient încât să îmi fac din ea încredere şi putere.

am inspiraţie şi curaj să zic exact ce vreau. Întreb doar „ce-i de făcut cu toată furia mea din copilărie”. Aflu că *e necesar să convertesc energia furiei din copilărie şi nu să o exprim acum, e deconstructiv să fac asta*.

Ok şi cum o convertesc?

O exprim în iertare.

După ce că îmi vorbeşte la persoana întâi, mai am şi impresia că sunt la spovedanie. De ciudă că mi se aplică un discurs religios îmi văd de scrierea mea în ceaslov. E o modalitate prin care îmi maschez furia pe persoana de la terapie.

Dar sunt şi convinsă că face bine să ierţi. O făcusem de nenumărate ori. Ştiu că nu port râcă şi ură în suflet. Am doar un dispreţ furios pe îndemnul ce mi se aplică, găsesc

că e nelalocul lui să spui aşa ceva într-o comunicare terapeutică.

În acelaşi timp, mă gândesc că nu eu eram cea care stăpânea tainele psihoterapiei. Poate aveam să dobândesc totuşi ceva şi prin problematizarea iertării. Poate aveam să-mi scot din inconştient o presupusă traumă, care mă făcea furioasă. Şi ca prin minune să iert trauma, scăpând de furie. Sunt băgată într-o bulă de săpun.

Furia compensează întotdeauna o frică. E o emoţie ce face parte din instinctul de supravieţuire. Ca să scap de furie trebuie să scap de frică.

Sper ca din lupta şi jocul meu cu terapia să scot ceva concret, să găsesc sursa fricii mele permanente şi să o stăpânesc prin forţele mele.

Fierb mocnit să fac ceva întru a trece dincolo de harababura mea existenţială. Şi de furia pe acea debandadă.

Habar nu am ce. Subliniez că sunt furioasă aşa, din născare.

Aflu o gogoriţă care mă înfurie şi mai tare:

„Dacă am în spate furie nu se realizează creşterea interioară, pentru că rămân în acelaşi conţinut regresiv”.

Ştiu că sunt blocată. De aceea sunt şi furioasă. Mi-aş fi dori un mare şut în popou, să mă facă să văd prostia blocajului meu şi să trec peste el. Dar nu, mi se confirmă că eram blocată în acelaşi conţinut regresiv. Mă simt infirmă. Întreb ce face scârbavnica de regresie.

Rostul regresiei este de a te împăca cu furiile, a ierta şi a merge mai departe.

Vreau să merg mai departe din toată inima. Nu realizez că furia mea e strâns legată de lipsa încrederii în mine şi frică. Notez predica iertării.

Iertarea este soluţia vindecării, corolar al iubirii şi aduce bucurie.

Mă amuz în sinea mea de veleităţile bisericeşti ale terapiei mele şi iar întreb cum scap de furie.

Aflu că *furia este un vulcan ce trebuie golit dar nu*

prin culpabilizare, *proiecţie*, *intrare în act*. Îmi vine iar să fac o mare scenă, să se vadă şi simtă erupţia vulcanului meu. Dar mi se dăduseră nişte noţiuni complexe, pe care le respect. Aşa că mai bine ard eu la foc mocnit şi mă arăt calmă, că poate-poate am să aflu mai multe şi să stăpânesc în cele din urmă logica funcţionării mele.

Ce pot face pentru a trece dincolo de manifestările proaste ale furiei?

A-mi acorda şi construi libertatea şi independenţa prin alegerea de a-mi asuma furia, *culpabilizarea*, *proiecţia*.

Îmi pare o abstracţiune fără sens. Mă foiesc un pic în canapea şi provoc o nouă explicaţie obtuză.

Care să fi fost totuşi sursa furiei mele?

Reziduul de abandon.

Da, da ştiu că repetitivul meu obicei de a mă bâţâi două-trei ore pe zi ar fi putut semnifica o neacceptare a sentimentului de abandon pe care îl simţisem la un moment dat în copilărie. Ce e de făcut cu el?

— *Abandonul e rezolvat prin nevoia de solitudine*, *stare de bine*, *fie că sunt singur*, *fie că sunt cu ceilalţi*.

Solitudinea aduce creaţie şi auto-cunoaştere.

O altă enormitate. Sar ca arsă.

— Mie nu-mi e bine cu mine pentru că nu ştiu cum să fac să mă manifest mai bine şi să am încredere în mine.

Nu sunt în stare să petrec mai mult timp cu mine şi să îmi placă. Mă înfurie neputinţa mea.

Agentul cască ochii niţel. După care mă loveşte cu un zid al conceptelor psiho-dinamice

Furia are ca sursă neintegrarea, *nu integrezi suficient o perspectivă*, *valoare*, *nu eşti prezent la tine*.

Cum integrezi?

Integrarea înseamnă şi asumare, *îmi asum responsabilitatea a ceea ce simt*, *a ceea ce gândesc*, *a ceea ce fac*.

Ce-i aia să fii prezent la tine?

— Să las emoţia să curgă, să o simt cum curge, să mă las în curgerea emoţiei.

Şi ca să arăt că pot să fac şi eu curgere conturez o scriere până la şedinţa următoare. Trebuie să demonstrez că pot să fac şi eu ceva, orice.

Sunt atât de cuprinsă de a mea pulsiune de a demonstra că pot să fac ceva încât îmi fac o mini analiză în care uit să menţionez ceea ce contează. Şi anume că împlineam două luni de când nu mă mai bâţâiam. Furia mea de a-mi arăta vâna şi că asimilez ce fac la terapie mă orbeşte.

23.06.2010

Până acum ceva vreme (max 1 lună) am fost o sumă de disocieri şi personalităţi „sociale" transpuse artificial în eul meu, adică neinteriorizate. Nu fuzionam cu toată fiinţa în ele, mă identificam parţial, de dragul consecinţelor ce decurgeau din interacţiunea rezultată pe spinarea măştii construite. Cred că acum mă aflu într-o fază incipientă de stabilizare a eului real bazat pe datul natural. Sunt convinsă că voi ajunge să îmi arog alte măşti, însă ele vor fi fireşti, fluide, contopite cu eul meu.

Nu eram nici individuală, nici colectivă, voi deveni, pentru că ambele stări de fapt sunt fireşti şi îmi oferă bucurie + acceptare.

Pornind de la faptul că Jung spunea că voinţa este un fenomen psihologic care îşi datorează existenţa culturii şi educaţiei morale, lipsind în bună măsură din mentalitatea primitivă, pot spune că până acum am fost o primitivă. Încet, încet voi converti primitivismul într-o atitudine adaptată timpului în care trăiesc, voinţa conturându-se ca apercepţie (un conţinut nou este ataşat unor conţinuturi analoage).

Totuşi, primitivismul nu-l voi cotropi definitiv prin voinţă. Îmi place de el pentru că e spontan şi abia acum îi conştientizez valoarea de panaceu al bucuriei brute.

E ciudat că acum mă gândesc şi simt totodată că am scris ceva frumos, creativ, mintos, care merită lauda.

Senzaţia de „merit lauda de la ceilalţi" pare să umbrească valoarea interioară a concluziei la care tocmai am ajuns. Deplasez bucuria către exterior. Cumva nu ştiu, refuz să explorez în solitudine. Primul gând, atunci când am o bucurie, e să o transpun în ochii celorlalţi pentru a o reconfigura exterior întru sporirea ei. Nu ştiu sigur dacă sporirea bucuriei este motivul pentru care primul impuls atunci când o trăiesc este „să o bag în ceilalţi", în ideea ca ei să mă laude. Demonstrativitatea mă cuprinde, interiorul se închide.

Arătam că mă jucam cu ideea neinteriorizării şi că îmi însuşisem aşteptarea către bucurie. Adică către a putea spune cine eram şi ce făceam. În loc să spun că vreau încrederea în putinţa mea, aşa simplă şi primitivă cum era, mă făleam că voi avea voinţă conturată ca apercepţie. Găsisem un cuvânt pompos prin care spuneam că voiam să devin conştientă de percepţiile mele din trecut. Ca să le înţeleg, să le accept şi să nu îmi mai fie frică!

Dicţionarul explicativ al limbii române defineşte apercepţia ca proces mintal care constă în integrarea percepţiilor din experienţa individuală anterioară.

Voiam să-i demonstrez persoanei cu care făceam terapie că înţelesesem că trebuia să integrez. Ba chiar că reuşisem să descriu aceasta într-un mare fel, ca voinţă conturată drept apercepţie.

Vorbeam şi despre laudă, neavând capacitatea de a mă detaşa de solicitarea ei compulsivă. Sunt ca un primitiv care îşi făcuse fetiş dintr-o exprimare bombastică.

Subliniam că îmi plăcea să fiu spontană ca un primitiv şi aş fi vrut să se spună despre mine că aveam voinţă. Nu de alta, dar aşa cum arătam şi în scriere, vreau să îmi însuşesc şi alte măşti.

Mai ales pe aceea a individualităţii non primitive.

Aflasem de la Jung că în psihologia primitivă noţiunea de individ nici nu există, comunitatea se comportă ca un tot unitar, toate faptele fiind atribuite puterilor exterioare.

Noţiunea de individ s-a împământenit în mentalul colectiv odată cu Renaşterea. Grecia Antică doar a prilejuit dezvoltarea individuală la nivelul unei clase superioare. Dogma creştină a fost cea care început să favorizeze individualitatea prin proclamarea sufletului nepieritor şi transferarea responsabilităţii morale la nivel interior (Jung, 2004, p. 85).

Când am văzut că dogma creştină avea legătură cu prefacerea individuală parcă mi-a mai scăzut dispreţul faţă de presupusa religiozitate a discursului ce mi se aplică la terapie.

Doream demonstrativ să-mi însuşesc individualitatea. Numai că însăşi perceperea „personalităţilor sociale" ca fiind „neinteriorizate" demonstra o necunoaştere a propriilor înclinaţii.

Voiam spun că anumite personalităţi sociale nu mă reprezintă, cum era spre exemplu persoana celui care vorbeşte despre cum se explorează pe sine în solitudine.

Credeam că îi dau subtil ruşinea persoanei de la terapie.

De aceea şi eram „convinsă că voi ajunge să îmi arog alte măşti". Probabil că „bucuria", „iertarea", „emoţia care curge", noţiunile pe care le înghiţeam la terapie. Nu tindeam nici către autonomie, nici către împăcare cu sine. Voiam compulsiv să primesc gratificarea, fapt ce reprezenta o permanentă sursă de furie.

Când spuneam că îmi place de primitivism mă refeream atât la acea forţă vitală a primitivului cât şi la caracterul lui impulsiv pe care îl regăseam cu vârf şi îndesat la nivel personal. Simţeam că îmi iroseam forţa vitală în scrieri şi discursuri demonstrative.

Pentru că nu îmi stăpânesc voinţa de a demonstra că pot. Deoarece mă îndoiesc amarnic că aş putea. Sper însă să-mi diferenţiez şi eu voinţa, aşa cum cred că fac oamenii mari şi tari.

Încerc să o fac războindu-mă cu înţelegerea unor noţiuni complicate.

Mă gândesc că dacă o să pricep ce este aceea o funcţie psihologică, atunci o să reuşesc să-mi stăpânesc mai bine pornirile.

Jung spune că e o formă anume de activitate a psihicului care în condiţii schimbate rămâne egală cu sine însăşi (e constantă indiferent de circumstanţele date). E ca în fizică, o forţă e determinată de o energie potenţială. Jung diferenţia patru funcţii „mature”: gândirea, simţirea, senzaţia şi intuiţia (Jung, 2004, p. 455).

Senzaţia stabileşte ceea ce există efectiv. Gândirea ne dă posibilitatea să recunoaştem ce semnifică existentul. Simţirea-sentimentul ne ajută să stabilim ce valoare are prezentul. Intuiţia trimite la posibilităţile lui „de unde” şi ale lui „încotro” aflate în existentul prezent (Jung, 2004, p. 557).

Am senzaţia că îmi lărgesc perspectivele asupra persoanei mele. Mă gândesc că nu înţeleg prea bine şi mă cam joc şi cu terapia şi cu lectura, în loc să fac ce trebuie, să scriu dizertaţia.

Sentimentul meu e că valoarea a ceea ce fac era iluzorie. Aşa că mă înfurii.

Dar vine peste mine intuiţia, care-mi spune că va veni momentul când voi scrie şi lucrarea şi face lucruri bune cu mine. Că a mea caznă cu desluşirea tainelor psihicului uman nu era chiar apă de ploaie.

Funcţiile mele sunt în conflict. Aşa că voinţa mea e paralizată.

Voinţa şi atenţia apar ca fenomene psihice secundare, subsumate funcţiilor diferenţiate, aceste funcţii folosindu-se de voinţă şi atenţie în procesualitatea lor.

Diferenţierea înseamnă forţă, fermitate, consecvenţă şi adaptabilitate. Exact ce vreau eu!

Şi mă înfurii când realizez că de fapt am opusul. Adică nişte funcţii nediferenţiate pentru că sunt în conflict. Jung zicea că funcţia nediferenţiată implică lipsa de autonomie, dependenţa de oameni şi împrejurări, sensibilitatea capricioasă, nesiguranţa în utilizare,

sugestibilitatea şi caracterul vag. Funcţiei inferioare (nediferenţiate) nu i se poate ordona, individul este victima ei. (Jung, 2004, p. 556 – 557). Este ambivalentă şi face imposibil ca individul să poată avea o direcţie certă.

Simt că la rândul meu sunt de fapt în derivă, însă intuiesc că voi face eu cumva încât să mă cunosc şi să-mi văd abilităţile înnăscute şi dobândite.

Pricep că fiecare om are câte o caracteristică înnăscută care e „de căpătâi”. Sau poate chiar două. Unii au o înclinaţie spre abstractizare (gândire), alţii sunt mai sufletişti (simţire), unii au un fler de a anticipa lucrurile (intuiţie) iar alţii se ghidează după simţ (senzaţie).

Odată ce omul e sigur pe el, adică îşi cunoaşte abilităţile (funcţia diferenţiată) şi limitele (funcţia nediferenţiată) poate merge mai departe. Îşi poate dezvolta mai bine abilităţile înnăscute şi îşi poate scădea mărginirile.

Îmi vine să spun aceste lucruri atunci când mi se recomandă creşterea.

Nu o fac pentru că mă ia pe sus furia că nu sunt în stare să mă cunosc aşa cum trebuie. Dacă o zic, atunci sigur agentul mă va întreba ce limite şi calităţi am.

Doar presupun că am tot soiul de abilităţi latente, ce se manifestă haotic, vag şi capricios, însă nu este o certitudine.

Mă concentram în a-i demonstra agentului cum familia mea era vinovată de funcţiile nediferenţiate care îmi ghidau existenţa. Pentru că vedeam că unii oameni se ajustează de la sine, graţie condiţiilor de mediu îşi diferenţiază vrând-nevrând o funcţie sau mai multe.

Ce am eu? O intuiţie bună şi cam atât. Nu pot face nimic cu ea dacă nu sunt deja băgată în ceva. Şi îmi e frică să încep să fac ceva cum trebuie, cum era lucrarea de dizertaţie, pentru că sunt nesigură pe mine.

Nesiguranţa e şi ea o permanentă sursă de furie. Aproape că mă detest pentru nesiguranţa mea în a face lucruri bune. De aceea nici nu vorbesc despre acest lucru.

Mă învolburez şi împăunez cu ale mele funcţii nediferenţiate. Adică cu necunoaşterea capacităţilor proprii. Găsesc că pot fi văzute şi ca o unilateralitate involuntară, că sunt incapabilă să văd dincolo de plăcere.

Ridic în slăvi că Jung vedea unilateralitatea ca pe o barbarie, o constrângătoare forţă demonică, în ea e ceva din furia războinicului şi din fuga turbată provocată de amoc (Jung, 2004, p. 223).

Mai bine mă mândresc cu veleităţile mele barbare şi furioase în loc să admit la terapie că pur şi simplu îmi e frică de îngheţ şi sunt nesigură pe capacităţile mele de muncă şi adaptare.

Mă joc cu logica jungiană în ideea de a-mi diferenţia propria identitate şi a-mi ajusta aşteptările la contextul dat. Eventual să pot acţiona fără a mai avea aşteptări. Dacă nu ai aşteptări nu mai ai cum să te înfurii.

Totuşi, a funcţiona fără aşteptări mi se pare o inepţie. Chiar şi atunci când zici că nu te aştepţi, tot anticipezi ceva. Şi anume neprevăzutul.

Iar eu vrea să fiu pregătită pentru toate întâmplările ce vor veni. Cum?

Încercând să-mi stăpânesc voinţa.

Voinţa, ca sumă de energie psihică aflată la dispoziţia conştiinţei poate să mă facă să merg mai departe, să capăt controlul ăl bun asupra mea şi asupra situaţiei.

Asociez căpătarea controlului cu corectarea dezadaptării mele, cu premisa de creştere pe care mi-o înaintează agentul. Încep să vreau să mă fac matură.

E o păcăleală, o voinţă eşuată.

Cred că lumea exterioară, lumea „maturilor”, e ceva superficial şi construit pentru a-mi strica mie plăcerea.

Mă înfurie.

Sufletul nu mi se lasă înduplecat de fel în a interioriza buna creştere, în a-mi diferenţia calităţile, urmând o consecvenţă a lucrului şi o fermitate a conduitei.

Înţeleg necesitatea bunei creşteri numai că sufletul meu o vede ca pe o corvoadă menită să-mi strice plăcerea.

Din copilărie văd lucrurile aşa. Mă fălesc la terapie cu acest lucru. Cum în loc să fac ceea ce era potrivit, civilizat şi adaptabil făceam tărăboi, hărmălaie, debandadă şi zăpăceală, lucruri adorabile.

Persoana de la terapie îmi zice că am o mască a „măscăriciului". Cică e *o permanentă sursă de furie şi totodată o manifestare a* furiei. Şi mă îndemnă să-mi văd lumea interioară.

Aşa ajung să spun că eram un copil nevrotic. Jung spunea că nevroza are în sine sufletul unui copil, care suportă greu limitele arbitrare al căror sens nu îl înţelege; ea încearcă să-şi apropie morala, dar intră astfel în neunire cu sine, tinde pe de-o parte să se reprime, pe de alta să se elibereze – şi această luptă se numeşte nevroză (Jung, 2007 a, p. 37).

Dar nu e bine să mă văd nevrotică! Asta ar presupune că viaţa mea e lipsită de sens!

Mă schimb. Zic că eram doar un copil cu multă energie care nu ştia să şi-o folosească. Expun cum mă feream de efort voluntar (atenţie la interlocutor, învăţat, disciplină, lecţii) ca dracul de tămâie. Pentru că voiam să pedepsesc aşteptările intelectuale ţesute în jurul meu. Plus că din prea multă cicăleală ajunsesem să mă îndoiesc că eram în stare să fiu cum mi se prescria. Sentimentele de inutilitate şi neajutorare apărute pe marginea intensei cicăleli la care eram supusă mă îngrozeau. Prin furie scăpam de groază.

Nu puteam „sta locului" şi deranjam constant mai tot ce era în jurul meu. Mi se spunea „că de ce nu am voinţă?" să fac ce e potrivit. Percepeam voinţa ca pe o încordare neplăcută, o tensiune.

Vreau să nu mai fie aşa.

Efortul voluntar să nu mai însemne încordare, ci o fluidă disponibilizare de energie, care să-mi denote sinteza adecvată a personalităţii adaptată la context. Să-mi dispară patima demonstrativităţii şi furia războinică.

Totuşi, nu pot să nu mai asociez agresivitatea şi furia

cu forţa vitală. De instinctele mele sunt destul de sigură. De civilizarea lor însă îmi e lehamite şi frică.

Chiar dacă înţeleg că lăsate libere, neîmblânzite, se întorc împotriva individului, ce devine sclavul capriciozităţii lor.

Pentru că îmi reprezint pompos că *forţa instinctuală e necesar să fie unificată cu diferenţierea specifică individuaţiei, în „albia comună" a unirii contrariilor*.

În loc să spun pur şi simplu că am nevoie de încredere în mine pentru a nu mai fi furioasă. Furia mea ascunde şi o mare vină existenţială. Că nu sunt în stare să fiu normală.

Îmbrăţişez explicaţia furiei prin abandon nerezolvat sau prin sine nediferenţiat dintr-un furios impuls de a dovedi că sunt capabilă măcar de o analiză a propriei persoane.

Din vină că nu îmi scrisesem dizertaţia şi eram în preajma depunerii şi susţinerii ei mă afund şi mai mult în abstractul tărâm al analizei de sine.

Încep să-mi pun problema concilierii scindărilor, a unirii moralei cu sinele. Îmi doresc să le înţeleg utilitatea afectivă şi raţională. Poate-poate prind zvâc şi îmi scriu lucrarea într-o săptămână.

Nu o fac şi de aceea împroşc cu o difuză şi distorsionată vină către mine şi ceilalţi.

Susţineam că omul e prin natura sa încrezător şi deschis către lume. Numai că prin diverse mecanisme şi furii ajunge să se închidă într-o nevroză.

În nevroză îl apasă un difuz şi inconştient sentiment de vină. Copii au o fenomenală încredere în sine şi o imensă capacitate de absorbţie şi adaptare, doar că le pierd pe parcurs. Pentru că au interiorizat o iraţională vinovăţie. Sau li s-a făcut frică de viaţă şi transformare.

Adică au devenit nevrotici.

Nevrozele pot fi văzute şi ca germeni ai unei noi sinteze a vieţii, eşuaţi din pricina condiţiilor nefavorabile ale naturii interioare şi exterioare. Omul s-a simţit

inconştient vinovat şi nu a mers mai departe. S-a blocat în nevroză.

Bătrânul Jung asocia în problematizarea nevrozei „simptomele nervoase”, cu o vermină, cu muştele şi era de părere că uneori nevroza, ca şi muştele, e un prilej ca omul să se exerseze în virtutea utilă a răbdării. Îl dădea exemplu pe Nietzsche care a recunoscut nu doar o dată cât de mult îi datora bolii sale (Jung, 2007 a, p. 60). Acesta suferise de manifestări delirante, crezându-se Dionysos sau Iisus, figuri ce au avut roluri semnificative în scrierile sale.

Da, avusese răbdare să îşi pună în cuvânt dramele interioare şi să le găsească un sens. Eu nu găsesc un sens al furiei şi fricii mele şi mă umplu de vinovăţie.

Vinovăţia are la bază sentimente de inferioritate.

Mi le problematizez puţin în ceaslov, în speranţa de a fi cumva ajutată la terapie.

26.06.2010

Cred că încep să deplasez vina inadaptării mele din exterior către interior. Nu sunt mama, tata sau bunica de vină pentru că am respins fundamentele morale şi în acelaşi timp am vrut să mi le însuşesc. Aşa m-am scindat pe interior. Pot însă să mă fac bine acum. Cum unesc constructiv morala cu sinele? Astfel încât să nu mă mai simt ameninţată, inferioară, singură, nesigură şi alterată negativ?

Mi se spune că „mă fixasem în furie, oscilam între furia pe mine şi furia pe părinţi”. Sunt îndemnată să fiu „prezentă la mine” şi să îmi găsesc soluţiile.

Cum? „Lăsându-mi emoţiile să curgă”. Păi nu asta făcusem?! Îh...

Mă simt şi mai vinovată.

Mă afund şi mai şi în scrierea jungiană.

Citesc cum nevroza tinerilor apare, de regulă, din ciocnirea între puterile realităţii şi o atitudine infantilă, insuficientă, caracterizată cauzal de o dependenţă enormă de părinţii reali sau imaginari şi caracterizată final de ficţiuni insuficiente, adică de intenţii şi aspiraţii (Jung,

2007 a, p 74).

Jung se referea prin acest „insuficient” la un câmp limitat al conştiinţei, ce atribuie eşecurile părinţilor şi celor din jur. Tânărul nu vede că el este împotriva lui. Îşi compensează auto-învinovăţirea dând vina pe ceilalţi. Crede că ceilalţi sunt împotriva lui şi se agaţă cu îndârjire de trecut. Jung zice că tânărul scapă de nevroză prin asumarea propriilor iluzii.

Încercasem să dau vina pe mine şi nu fusesem luată în seamă.

Pentru a-mi obloji aşteptările frustrate mă prind într-un joc al aparenţelor şi manipulărilor.

Mă arăt interesată de vitalitate, flexibilitate şi spontaneitate, de parcă nu le-aş fi avut. Ridic furia compulsivă la rang de primă problemă a mea. Când de fapt e vina că mă comport ca şi cum nu am dizertaţie de scris. La sfârşitul lunii iunie, când ar fi fost indicat să depun deja lucrarea scrisă, îmi vărs frustrarea în ceaslov.

Furia pe mine că nu scrisesem lucrarea o transform în furia pe ceilalţi.

Nimic nu este mai obstaculant pentru dezvoltare decât *perseverarea într-o stare inconştientă* (*Jung, 2007 a. 123*). *De exemplu, cea mai mare parte a altruismului de care am dat dovadă nu a fost rezultatul unui sentiment genuin, ci un mecanism prin care încercam cumva să eradichez frica de sancţiune sau de a rămâne singură.*

Îmi e frică de o presupusă sancţiune că nu depusesem lucrarea!

Aceasta deşi toată copilăria, adolescenţa şi chiar şi atunci, simţeam că adulţii erau vinovaţi de multă necinste pentru că îmi aplicau sancţiuni. Îi pedepseam, mă deziceam de altruism şi eram mândră că o fac. Mândria e declarativă şi demonstrativă. O scosesem la înaintare pentru a compensa faptul că nu puteam spune cu mâna pe inimă cine eram.

Imposibilitatea mea de a-mi descrie identitatea e o altă sursă de furie. Mă simt vinovată că nu sunt în stare să

spun ce şi cine sunt. Influenţată de lectura Jungiană, sper să obţin miracolul forţei vindecătoare şi să aflu.

Măcar atât dacă minunea de a-mi scrie lucrarea într-o săptămână nu se produsese.

Scriu în ceaslov: *„Doar ceea ce este cineva cu adevărat are forţă vindecătoare”* (Jung, 2007 a, p. 193). Era concluzia la care se ajungea după ce erau portretizate mai multe încercări ale lui Faust de a ieşi „la lumină” prin felurite imitaţii şi iluzii - raţionalizarea dusă la extrem, identificarea cu mulţimea, adoptarea unei vieţi simple la ţară, toate posibilităţi exterioare ale „salvării” şi nu necesităţi interioare.

Eu fac fix ca Faust, sunt într-o furioasă iluzie. Sau nu?

Citatul respectiv îmi declanşează o volbură identitară. O aştern în ceaslov.

29.06.2010

Cum aflu eu ce sunt, cu adevărat, dincolo de fascinaţia obiectelor în care mă transpun aproape inconştient? Cum ajung la subiectivitatea mea interioară, pentru ca apoi să o pot exprima exterior, într-un mod fructuos şi constructiv?

Simt cam ce e pe acolo şi anume mult hazard în sensul de dezordine ce poate genera ordine. Curios, atunci când sunt într-o pasă mai labilă, simt nevoia să fac curat şi ordine prin casă. Dar o prea mare ordine mă deprimă şi mă angoasează cumva. Poate că ar fi indicat, constructiv, să dau frâu liber viziunilor mele interioare asupra ordinii, adică un soi de dezordine ordonată.

Tocmai ce am citit că „irupţia” unui nou dat al personalităţii (viziune) este de regulă pregătită timp de mai mulţi ani, adesea timp de o jumătate din viaţă (Jung, 2007 a, p. 202). *Pornind de la această perspectivă aş putea spune că încă din copilăria mea puteau fi observate tot felul de ciudăţenii, care ar fi sugerat dezvoltări viitoare anormale.*

Aşa, automat, mintea şi senzaţia mi s-au îndreptat

către perioada copilăriei mele.

Ce îmi plăcea mie să fac şi să anunţe într-un fel potenţială dezvoltare bună de la maturitate?

Îmi plăcea să stau să observ, să scot în evidenţă greşelile celorlalţi (inadvertenţele dintre declarativ şi afectiv). Aceasta se întâmpla pe la 6 – 7 ani, fapt atestat şi de tanti de la grădiniţă. Refuzam să mă implic în activităţile de grup, stăteam pe margine şi mă uitam la ei. După ce terminau ce aveau de făcut începeam să le explic unde au greşit.

Îmi plăcea să am discuţii imaginare cu un grup de oameni, unde deţineam cumva rolul unui şaman.

*Pe la 10 – 11 ani mi-a apărut comportamentul antreprenorial. Luam hainele vechi ale bunicii şi organizam tot soiul de reprezentaţii pentru un public fictiv. La 12 ani, am învăţat sistemul de operare dactilografică WORD. Îmi plăcea teribil să mă duc la mătuşa mea, Carmen, la serviciu unde av*eam *acces la calculator. Acolo scriam tot soiul de afişe („vine omul stă oleacă, mai discută, dar şi pleacă”), felicitări şi poveşti pentru bunica. Printul care mi-a rămas plăcut impregnat în memorie este cel cu STIMBEX. Stimbex era magazinul fictiv pe care îl organizam ocazional în rulota lui Hilde de la Muşeteşti. Aveam o valiză mare cu hainele şi accesoriile vechi ale bunicii pe care le utilizam în două sensuri:*

Artistic – chemam copii şi ne costumam. Îi încurajam insistent să facă asta, la început erau reticenţi. La fel şi vecinii şi familia lui Hilde, care erau de părere că sunt cam „zdruncinată”, de mă costumez ca la carnaval în mijlocul curţii, fac dansul ploii şi agăţ ţoalele de pomi şi jucam diverse roluri. Încercam să le dau diverse roluri în funcţie de ce îmi inspira că li s-ar potrivi mai bine, sau de opusul a ceea ce erau, pentru a-i ironiza.

Economic – dădeam drumul la magazinul Stimbex, făcusem bani de hârtie special pentru aceasta, dublaţi de existenţa unor monede şi bancnote ieşite din uz. Înşiram toată recuzita geamantanului prin rulotă, îi ataşam preţuri

fiecărui accesoriu, după care le arătam copiilor cum să procedeze în ideea de a-şi însuşi produsele. Bineînţeles, pentru câteva ore, căci la sfârşitul jocului îi somam să mi le returneze.

Tind să cred că cele scrise înainte susţin înclinaţia mea naturală de antreprenor-artist sau artist-antreprenor. Cumva nu am fructificat nicicum această tendinţă înnăscută pe care o am. Poate că a venit momentul să fac ceva în privinţa consolidării antreprenorului-artist, însă din păcate nu ştiu ce.

Ce să fac pentru a consolida artistul-antreprenor, devenind un artist-antreprenor plenar şi fericit?

Încercam să scot ceva din mine. Ca să mă ajute să scap de furie şi de frică şi eventual să mă apuc de o afacere.

Citesc scrierea la terapie. Mă aştept să îmi fie punctată vreo calitate pe care aş fi putut-o dezvolta chiar atunci şi acolo, la maturitate.

Nu se întâmplă Agentul mă ascultă lipsit de expresivitate. Mai plimbă ochii din când în când. Îmi zice că „făceam dovada jocurilor de putere”. După care mă întreabă ce simt.

Furie că am pierdut timpul de pomană!

Trecutul este trecut şi ne luăm de acolo lecţia de viaţă.

Of, eu nu ştiu ce să iau de acolo…

Te jucai cu identitatea adultă, o ironizai, o măscăreai.

Poate aş putea să mă fac regizor!

Ce te opreşte să o faci?

Frica!

E o trăire iraţională.

Aşa, şi?

Ce alte trăiri mai ai faţă de ceea ce ai scris?

Ciudă… Parcă mi s-a făcut dor de bunica, de a mea copilărie. Parcă şi de tata, de sora lui, tanti Carmen.

Agentul cască ochii ca fata mare care vede pentru

prima oară un falus. Începe un discurs despre cum „nu îmi asumasem eu doliul, tristeţea şi durerea”. Cică „le negasem şi le convertisem în furie”.

Dau crezare perspectivei. Mai ales părţii cu negarea. În copilărie mi se tot spunea „să am grijă să nu sufăr”. Părinţii încercau pe cât puteau şi ei să mă desprindă de puternicul meu ataşament de obiecte şi ticuri. Îşi dădeau seama că sufăr odată ce îmi era luat obiectul plăcerii – că mă luau de la canapeaua unde mă bâţâiam, îmi luau mâna de la nas sau că plecau de acasă. Îmi explicau că nu are rost să fiu tristă sau să mă înfurii dacă nu primesc tot ceea ce vreau.

Aşa a luat naştere acel „să ai grijă să nu suferi Vio”. Era un imbold către a mă adapta cu mediul ca atare, dincolo de ticuri şi aşteptarea mea de a face doar ce voiam. Plus că mama a avut câteva episoade depresive, fapt ce cred că a determinat-o să îmi explice şi mai cu spor că nu am de ce să sufăr.

De cum am zis de depresia mamei am văzut o pereche de ochi mijiţi şi sticloşi. Mi s-a spus că „din spirit reactiv mi-am transformat tristeţea în furie”.

Am uitat de scrierea mea.

Chiar am luat în serios perspectiva că am doliu şi tristeţe negată.

Capitolul VII. Tristeţe şi doliu

Mă frecase entitatea terapeutică cu doliul.

Îmi revăd toate interacţiunile cu cumplita moarte.

Prima oară când am luat contact cu moartea a fost în 1987. Aveam trei ani când s-a stins bunicul, soţul bunicii care avea grijă de mine aproape în fiecare zi. Moartea lui părea să fi venit ca ceva normal, toată lumea se aştepta să dea colţul.

Chiar şi mie mi s-a explicat că el s-a „dus pe lumea cealaltă şi e mai bine aşa căci era bătrân, bolnav şi în suferinţă”. Ţin minte că apartamentul clocotea cu pregătirile pentru înmormântare, toată lumea era îmbrăcată în negru, veniseră tot felul de „tanti”, care făceau mâncare şi pregăteau pachete. Mama şi bunica erau tare triste, arătau răvăşite şi deznădăjduite. Eu „am făcut o scenă” că nu m-au luat la înmormântare, eram tare curioasă pentru ce se pregătesc atât. Însă mi s-a explicat că un copil de trei ani nu are ce să caute la o înmormântare. Deci nu aveam voie la înmormântare, era rezervată în exclusivitate oamenilor mari. Mă enervau adulţii când nu mă lăsau să văd ce fac ei.

După înmormântare lucrurile au revenit la normal, doar că o vreme mama şi bunica s-au îmbrăcat doar în negru. Bunica venea în continuare să aibă grijă de mine. Nu mai povestea despre ce mai face bunicul ci începuse să îl pomenească „că ce om bun era” şi că îi este dor de el. Din când în când mai şi plângea. Şi mama îl mai pomenea uneori pe bunicul.

Bunicul era cu 14 ani mai în vârstă decât soţia lui aşa că e lesne de înţeles că puterile l-au lăsat mai repede. Tot ce ţin minte despre el, ca prezenţă concretă, era că mergeam împreună cu bunica să îl văd şi el nu putea să se dea jos din pat.

Eu nu înţelegeam prea bine starea precară în care se afla, ba din contră mă intriga aşa că încercam în fel şi chip să-l fac să se joace cu mine. Bunica evident că mă certa,

îmi sublinia „că e bătrân şi bolnav iar eu trebuie să stau cuminte ca să nu-i tulbur bătrâneţea”.

Nu sunt sigură dacă acestea erau întocmai cuvintele pe care mi le adresa, cert era că nu aveam voie să mă zbânţui în prezenţa bunicului. Dar nu mă lăsam şi în cele din urmă reuşeam să am contact cu bătrânul. Mă urcam grămadă peste el în pat şi cred că acesta se bucura, chiar dacă bunica insista că prezenţa mea acolo îl slăbeşte şi mai rău. La sfârşit mi se mulţumea pentru vizită şi atenţie. Apoi, când bunica venea să aibă grijă de mine, îmi tot spunea cât de mult s-a bucurat bunicul pentru că l-am băgat în seamă. Pe de-o parte eram certată, iar pe de altă parte eram încurajată.

Îmi era ciudă că din cauza suferinţei bunicului nu mă puteam manifesta aşa cum voiam. Am început să dispreţuiesc boala şi suferinţa. Dar le-am şi înţeles.

A contribuit şi faptul că atât mama (neurolog) cât şi tata (pediatru) povesteau despre pacienţii lor, ba mai mult uneori îi chemau la noi acasă ca să îi consulte. Am avut ocazia de a observa o sumedenie de bătrâni şi copii bolnavi. Evident că atunci când mama sau tata îşi consultau pacienţii în sufragerie îmi era interzis să fiu prezentă. Eu nu puteam rezista imboldului de a vedea bolnavul şi dădeam buzna în cameră sau pândeam momentul ieşirii lor din sufragerie. Aşa că vrând-nevrând părinţii erau forţaţi în a-mi face cunoştinţă cu pacienţii şi puteam să-i cercetez şi eu pentru câteva momente. Dacă aveam noroc mi se explica în detaliu întreaga lor cazuistică.

Eram geloasă pe bolnavii trataţi de părinţii mei. Aveam impresia că primeau mai multă atenţie de la părinţii mei faţă de câtă primeam eu. Când îi luam la ceartă că de ce îşi iubesc bolnavii mai mult ca pe mine se justificau că nu vor să mă întristeze. Mi se spunea că suferinţa nu era pentru copii.

Iar eu explicam că sufăr că nu mă bagă în seamă.

Şi mai sufeream tare de tot şi când mă luau de la

bâţâială.

Entitatea terapeutică zice că „bâţâiala poate îmi ţinea şi loc de afecţiune pe care mi-o dădeam singură prin a mă bate ritmic cu spatele de pat”.

Am încurajat perspectiva.

Am povestit entităţii cum respingeam cu vehemenţă în cea mai mare parte a timpului să fiu luată în braţe sau pupată. Rar dădeam voie să fiu luată în braţe şi să fiu pupată aşa „din senin”.

Îi străluceau ochii entităţii. Ca să-i năucesc gulia obsedată de afecţiune i-am mai povestit ceva.

Cum voiam în braţe de fiecare dată după ce îmi era aplicată o corecţie fizică. Adică plângeam şi urlam „ca din gură de şarpe” după ce primeam câteva palme sau eram luată de păr şi nu mă opream decât atunci când eram luată în braţe. Chiar mama îmi povestise cum era nevoită ca în cele din urmă să anuleze ideea de pedeapsă, luându-mă în braţe, „ogoindu-mă”, deoarece îi era teamă că mi se va face rău, de câteva ori ajunsesem chiar să vomit în timpul acceselor mele de plâns iscate de corecţiile fizice.

Ţin minte că o făceam înadins. De cele mai multe ori mi se părea nedrept să fiu altoită. Ştiam eu că nu e voie să îţi baţi copilul. Însă de câteva ori chiar eu eram cea care spuneam că merit corecţia. O dată spărsesem vaza preferată a mamei într-o ceartă cu bunica. Altă dată pierdusem cheia de la casă. Spre surprinderea mea mi s-a spus că obiectele nu sunt aşa importante, se mai întâmplă să fie distruse sau pierdute şi nu am fost pedepsită în niciun fel.

Oricum nu suferinţa fizică mă durea pe mine cel mai tare. Aveam o amărăciune mare că nu eram lăsată să fac ce voiam şi nu primeam suficientă atenţie.

Entitatea mi-a spus că eram un copil răzgâiat.

Am încercat să-i arăt că înţelesesem ideea de moarte şi suferinţă umană.

Părinţilor le mai mureau pacienţii şi aveam ocazia să îi aud cum consolau rudele îndoliate. Tot nu am reuşit.

Am povestit de următorul meu contact cu moartea unei persoane apropiate.

A fost la 11 ani, când o vecină de la Muşeteşti şi-a dat obştescul sfârşit în urma unui an de luptă cu cancerul. Muşeteşti este un sat din judeţul Argeş unde meditatoarea mea de germană şi familia ei îşi cumpăraseră o bucată de pământ şi îşi construiseră o locuinţă de vară. Hilde a început să-mi dea lecţii de germană încă din clasa întâi şi de îndată ce părinţii mei au aflat că şi-a făcut un amplasament de vară la ţară au decis să mă trimită acolo măcar o lună din vară. „Să învăţ germana şi să stau la aer curat”, acesta era motto-ul ce i-a mânat pe ai mei părinţi să mă trimită vară de vară la ţară la nişte saşi din Sânpetru, un sat din Braşov, încă de când aveam patru ani. Numai că saşii au plecat în Germania şi vacanţa mea de vară rămăsese „descoperită” pe când aveam opt ani. Prin urmare perspectiva de a merge cu Hilde la ţară li s-a părut părinţilor mei foarte bună.

Timp de şase veri, de la opt la 13 ani, petreceam măcar o lună acolo. Îmi plăcea, chiar mă şi împrietenisem cu alţi copii din Bucureşti veniţi în vacanţă la bunici. Dar cel mai mult îmi plăcea să „stau pe lângă” vecinii lui Hilde, să le inspectez casele ţărăneşti, să mă joc cu animalele lor şi să-mi povestească despre munca la câmp. Viaţa lor decurgea diferit în comparaţie cu ce vedeam eu zi de zi în oraş şi chiar şi la Hilde. Mă fascina perspectiva lor asupra vieţii, aveau cu totul alte griji şi interese.

Îmi plăcea tare mult de saşii din Sânpetru, câtă vreme stăteam la ei, trăiam alături de ei în ritmul vieţii de la ţară, fapt ce nu se mai petrecea şi la Muşeteşti unde locuiam cu oameni „de la oraş”. Compensam însă lipsa conexiunii cu glia prin prietenia mea cu vecinii lui Hilde. Vizavi stătea tanti Torica, o femeie la vreo 50 de ani cu 2 copii, casă de cărămidă, veceu în curte, grajd mare de cărămidă, vacă, găini, porci, câini şi pisici. Îmi petreceam o parte din timp în gospodăria acestei femei, aproape că mă luase ca şi „copil de suflet”, o însoţeam în mai toate treburile ei casnice. Hilde nu era de acord să petrec atâta

timp acolo, mereu îmi spunea „că nu e bine să stau atâta timp pe capul femeii” şi trebuie să îmi fac lecţiile.

De multe ori Hilde mă lua aproape „cu forţa” din curtea lui Tanti Torica şi aceasta spunea invariabil „da lăsaţi-o doamnă, că e şi ea copil, se joacă cu animalele, nu deranjează cu nimic”.

În a treia vară tanti Torica mi-a spus că e bolnavă, nu ştia ea prea bine să explice ce are, dar Hilde mi-a spus că are cancer. Am simţit un gol în stomac la auzul veştii, ştiam de la părinţii mei ce presupunea acea boală. Vara următoare nu am avut ocazia s-o văd pe tanti Torica decât moartă.

Am mers alături de mare parte din sat la înmormântare. Era prima înmormântare la care participam în viaţa mea. Într-un fel aşteptam cu înfrigurare momentul, părinţii mei nu mă luaseră niciodată la vreo înmormântare, în ciuda rugăminţilor mele. Pe lângă curiozitatea mea macabră aveam o mare tristeţe. Îmi părea tare rău că n-o voi mai vedea niciodată pe tanti Torica, nu voi mai vorbi şi mânca mămăligă cu ea. Când m-am alăturat convoiului funerar m-au podidit lacrimile, pe care mi le-am înăbuşit, mi se părea că e ruşine să plâng în public în astfel de momente. Mi se părea că nu era voie să arăt că sufăr şi sunt slabă.

Entitatea zice că „am convertit tristeţea în furie”. I-am dat dreptate, chit că nu eram neapărat convinsă.

Am povestit cum începusem să vorbesc tare, să râd, „să mă dau în stambă” în drum spre cimitir. Hilde m-a luat de braţ şi m-a zguduit bine. Mi-a spus că nu se face aşa ceva la înmormântare. M-am mai potolit însă abia reuşeam să-mi ţin în frâu şuvoiul incontrolabil de energie pe care îl simţeam. Îmi era ciudă că sufeream şi din ruşine nu mă puteam exprima ca toţi ceilalţi.

Din nou mi se spune că „îmi converteam tristeţea în furie pentru că nu o acceptam”.

Nu eram de acord. Eu eram conştientă de durerea mea. Şi acum mă întristez când îmi amintesc cum coborau

sicriul în groapă. Atunci mi-am dat seama că tanti Torica nu mai e şi nu se va mai întoarce niciodată. I-am dus dorul în verile ce au urmat, însă am evitat să mă duc să-i vizitez mormântul deşi am avut de mai multe ori impulsul să mă duc. Mi se părea că mă voi face de râs dacă mă duc singură la cimitir.

Entitatea spune că „am ocolit şi refulat tristeţea cu înverşunare”. Bate câmpii, dar dacă are dreptate?

Peste cinci ani (la 15 ani şi jumătate) am luat din nou contact cu moartea. Sora tatălui meu, tanti Carmen, să îmbolnăvit de cancer şi în mai puţin de un an a murit. O iubeam, era o prezenţă aparte. Ştiam exact ce are, o vedeam cum se stinge încet. Căutam să-i fac suferinţa mai uşoară, o vizitam des la spital şi-i duceam mici cadouri. La înmormântare mi se rupea sufletul când o vedeam pe a mea verişoară, fiica ei, cât de deznădăjduită era. Mi s-a părut că nu se face să mă mai vaiet şi eu, să contribui la imensa durere ce plana asupra cortegiului funerar. Din respect şi ruşine am ţinut tristeţea pentru mine.

Poate şi pentru că tata, prezent şi el la înmormântare nu era în cea mai bună formă. Era încă convalescent după o protezare de aortă abdominală. Murise a lui soră şi nu voiam să contribui la tragedia lui sufletească.

Entitatea spune că „supra-raţionalizez”. Îi povestesc de tata.

Tata a avut un lung şir de boli înainte de a muri. Când aveam 10 ani a făcut o pancreatită care s-a soldat cu un diabet zaharat insulino-dependent. A urmat regimul prescris cât l-a urmat însă de îndată ce a început să se simtă mai bine l-a dat uitării. Se ştie că diabetul favorizează accidentele vasculare (se sparge un vas de sânge) şi ischemiile (se înfundă un vas de sânge). Acuza permanent dureri ale inimii şi a făcut două infarcturi.

Suferinţa cardiacă era cauzată de înfundarea câtorva vene ale inimii. A fost operat pe cord deschis. A făcut patru by-pass-uri ale inimii, i-au fost înlocuite venele cu bucăţi prelevate tot de la el, din vena safenă a piciorului stâng.

După ce a fost externat a stat aproximativ o lună acasă şi îi era interzis mai orice tip de efort. Venise şi tanti Carmen să ne dea o mână de ajutor în îngrijirea lui. Eu aveam îndatorirea de a-i unge cicatricile cu o cremă specială, pentru a i se vindeca mai repede. Experimentam o senzaţie plăcută şi ciudată, un amalgam de tristeţe şi fascinaţie.

Îmi părea bine că ajut şi eu cumva.

Pe deasupra mai eram şi fascinată de consistenţa cicatricii întocmai cum eram fascinată de diversele deformări patologice ale membrelor umane prezente în cărţile de specialitate ale părinţilor mei.

În câteva luni şi-a revenit complet. A început să-şi ducă viaţa ca şi cum nu ar fi fost bolnav. La scurt timp a păţit o altă dandana. L-am găsit căzut de pe canapea, viermuindu-se în mijlocul sufrageriei şi îngăimând cuvinte neinteligibile. Am simţit o sperietură dublată de o ascuţire a simţurilor. Aveam 15 ani şi suficiente cunoştinţe medicale „furate” chiar de la părinţi încât să îmi dau seama că tocmai debuta o nouă boală şi era necesar să fie chemată salvarea.

Până atunci, eram trimisă „la plimbare” de fiecare dată când tatii i se făcea rău.

Mă întrista şi înfuria că nu puteam lua parte la procedurile ce-i aduceau starea de bine. Dar chiar atunci şi acolo se derula o criză şi trebuia făcut ceva. Am chemat-o pe mama, care de îndată ce l-a văzut pe tata s-a blocat, a spus că a făcut un accident vascular cerebral. Apoi început să plângă şi să se plimbe fără de ţintă prin cameră. Asistam la un spectacol al deznădejdii.

Simţeam că trebuia să fac ceva, nu puteam sta cu mâinile în sân sau să-mi smulg părul din cap. Nu mi-am îmbrăţişat şi consolat mama deznădăjduită şi doar am acţionat distant întru rezolvarea situaţiei. Am găsit de cuviinţă să o sun pe tanti Carmen, că o ştiam mai descurcăreaţă şi ea a chemat salvarea.

Entitatea zice ceva de „disociere”. Eu sunt furată de povestea mea.

Am mers cu toţii la spital şi s-a dovedit că tata nu avusese un accident cerebral ci doar o ischemie. În câteva zile şi-a revenit complet. Peste câteva luni a urmat un accident vascular cerebral care i-a afectat vorbirea, mâna şi piciorul drept pe care şi le mişca cu greutate. A fost spitalizat cam o lună. Întors acasă am început cu toţii să-l ajutăm să reînveţe alfabetul. Controlul asupra mâinii şi piciorului l-a reluat destul de repede, cu vorbirea a fost mai dificil. Abia ce reuşise să vorbească din nou că a şi intrat în scenă o nouă suferinţă.

Simţindu-se mai bine tata se ducea din nou la muncă. Apoi şi la vânătoare. Într-o zi s-a întors acasă cu puternice dureri abdominale. Mama era convinsă că avusese loc un accident de vânătoare, fusese lovit din neatenţie cu patul puştii în abdomen. Dar nu a fost aşa. Ajuns la spital a fost introdus de urgenţă în sala de operaţie deoarece s-a constatat că suferise un anevrism de aortă abdominală.

Entitatea oftează prelung. Opresc povestirea. O derulez în capul meu în timp ce mă joc cu pisica şi fac tărăboi.

În timp ce tata era convalescent, la scurtă vreme după moartea lui tanti Carmen, s-a petrecut un nou deces în familie. Un unchi, soţul surorii bunicii mele, nenea Jean, murise de bătrâneţe la aproape 90 de ani. Nu aveam cine ştie ce legătură cu el, îl percepeam ca pe un fel de prieten de familie, îl vizitasem de câteva ori împreună cu mama şi tata în copilăria mică. Primea pachete din Germania şi aveam parte de ciocolată din aia bună şi conserve cu sardele.

Pot spune chiar că înmormântarea mi-a plăcut, am avut ocazia să stau mai mult de vorbă cu bunicul Strat, tatăl tatălui meu. Era un bătrânel grijuliu şi jovial, făcea glume pe marginea morţii unchiului şi ne îmbia să bem întru liniştea de pe lumea cealaltă a decedatului. Aşa mi-am dat seama de ce tanti Carmen îl supranumea „izvorul tămăduirii”.

La câteva luni după operaţia de protezare a aortei

abdominale tata s-a restabilit complet, şi-a reluat serviciul şi hobby-ul său de căpătâi, vânătoarea. După alte luni a mai suferit un accident vascular cerebral în urma căruia şi-a revenit destul de repede. La niciun an după aceea, în februarie 2002, un nou accident vascular cerebral i-a afectat emisfera dreaptă, de data aceasta consecinţele fiind mai grave, a durat şase luni până şi-a recăpătat controlul asupra mâinii şi piciorului stâng. Chiar dacă se deplasa cu ajutorul unui baston, în august 2002 a reînceput serviciul. În toamnă şi-a reluat chiar şi incursiunile de vânătoare.

Încep să-i zic entităţii despre tata.

Cu o zi înainte de anul nou a suferit un nou accident vascular cerebral. Era o iarnă grea, cu temperaturi mai scăzute, de minus zece grade în timpul zilei. Eu eram plecată cu câţiva colegi la munte ca să îmi petrec revelionul. Când am aflat că tata se va duce a doua zi consecutiv la vânătoare, în câmp deschis, la un ger de minus 15 grade pe timp de noapte, l-am rugat să stea acasă. A promis că o va face, dar tot s-a dus.

Pe întâi ianuarie 2003 am primit vestea că era din nou în spital, la reanimare. Fusese adus în stare de inconştienţă chiar de colegii săi de vânătoare. Ţin minte că la auzul nefericitei situaţii am simţit furnicături în picioare, un val de căldură în tot corpul, un nod în gât şi o spasmă în stomac.

Aoleu! De data asta nu mai scapă! Speram să ajung acasă şi să-l prind viu şi lucid. Mama îmi spunea obsesiv să stau liniştită şi să îmi văd de vacanţă, că nu pot influenţa destinul.

M-am simţit şi trădată, tata nu ţinuse cont de rugămintea mea şi îi păsase doar de el. Dar şi vinovată, pentru că eram plecată şi mă gândeam că dacă aş fi rămas acasă aş fi reuşit să-l determin să nu se mai ducă la vânătoare.

De ciudă m-am îmbătat şi m-am apucat să tai lemne. În timp ce îmi vărsam eu amarul acolo pe topor şi lemn îmi

spuneam că regretele erau de prisos. Nu răspundeam eu de existenţa tatălui, iar mustrările mele de conştiinţă mă băgau într-un inutil hău al durerii. Mai ales că tata era susceptibil unui nou accident vascular cerebral oricând. Aflasem acest lucru când am fost lângă el la tomografie. S-a constatat nu doar cum creierul său deja arăta precum „un şvaiţer” dar şi că sensibilitatea lui vasculară luase amploare şi era ireversibilă.

Entitatea spune că „îmi ofeream explicaţii raţionale”, iar eu încerc să-i explic că mă simţeam decepţionată.

Insistă până în pânzele albe cu „doliul nerezolvat”. Nu-i mai povestesc. Fac tămbălău eu te miri ce.

Eu chiar eram de-a dreptul dezamăgită că tata nu ţinuse cont de părerea mea. Ba chiar îmi făcuse promisiuni deşarte că va ţine. Dar nu am zăbovit în sentiment. Ce rost avea? Mi-am văzut de bâţâială, băutele cu prietenii şi învăţat. Mi-am zis că dacă tata e cu un picior în groapă, chiar trebuie să mă apuc de învăţat. Era anul cu bacalaureatul şi admiterea la facultate. Simţeam că nu era loc să dau greş, banii familiei se împuţinau.

Mama zicea că încăpăţânarea lui tata de a nu-şi urma prescripţiile necesare menţinerii stării de sănătate „parcă era o fugă de ceva”.

M-am gândit că i-am preluat fuga şi am investit-o într-o fugă după rezultate. Aşa am reuşit să mă concentrez suficient de mult încât să intru printre primii la facultate.

Parcă voiam să arăt că eram în stare să fug după un scop.

Poate că avusesem o un astfel de demers şi dintr-o pulsiune inconştientă de a fi erou, de a-mi salva tatăl prin truda mea de a intra la facultate. Nu degeaba îl aveam eu pe infans cel descris de Jung în mine.

Am intrat la facultate şi nu s-a produs nicio minune. Nu am fost erou. Poate şi de aceea nu mi-am mai dat silinţa să învăţ, pe lângă frica de colegii savanţi şi culţi.

Un an şi 10 luni a stat tata imobilizat la pat înainte de a-şi da obştescul sfârşit. Îl vizitam la spitalul în care şi-a

petrecut cea mai mare parte a traiului muribund. Era cam beteag la căpuţ, nu mai înţelegea lucrurile ca înainte. Nu degeaba îi muriseră majoritatea neuronilor în multele accidente vasculare pe care le avusese. Deşi mă simţisem vinovată că nu venisem să-l salvez la timp, îmi petreceam timpul „prin vecini” în puţinele dăţi când era adus acasă. Îmi trecuse vina. Era vina lui că nu fusese cuminte şi se dusese la vânătoare. Sau fusese pur şi simplu soarta.

Totuşi, îi percepeam prezenţa bolnavă ca o nedreptate ce mi se aducea. Mi se părea că e „strigător la cer” să-i tolerez şi îngrijesc infirmitatea apărută în urma propriilor sale decizii. „Adică, cum să stau eu să-l suport chiar pe cel care n-a ţinut cont de mine când s-a dus la vânătoare?!”, cam asemenea cuvinte îi adresam mamei când ea mă ruga să mai petrec ceva timp şi cu tata, când era acasă. Aveam o mică ciorbă cu vină, furie, silă, milă şi agresivitate.

La spital îl vizitam aproape în fiecare săptămână.

Până să moară tata şi-a dat duhul şi bunicul Strat după o scurtă suferinţă. A stat la pat vreo trei săptămâni, timp în care l-am vizitat de două ori. Mă întrista suferinţa lui, însă blândeţea şi demnitatea de care dădea dovadă „pe patul de moarte” m-au determinat să îi arăt că mă durea iminenta lui moarte. Nu se plângea, ci spunea că este recunoscător pentru momentele frumoase pe care i le-a oferit viaţa, îi părea rău că l-au părăsit puterile şi mă îndemna să merg înainte, având grijă de mine şi de ceilalţi. Totodată era trist că murise fiica lui, Carmen. Spera s-o întâlnească „pe lumea cealaltă” şi era îndurerat că nu-l mai putea vizita pe fiul său, pe tata, la spital.

Nu-mi amintesc cum a decurs înmormântarea bunicului, probabil mi-am blocat amintirile deoarece familia mea a decis să nu-i spunem tatii că bunicul a murit. Se gândeau că vestea îi va pricinui un nou accident vascular cerebral. „De parcă ar mai conta şi aşa e pe patul de moarte”, încercam eu să le spun, însă au insistat să nu pomenesc nimic despre moartea bunicului.

Îmi stătea pe limbă să-i spun lui tata cum se comportase bunicul înainte să moară. Ştiam că nu era voie şi din respect pentru mama şi grija ei pentru tata nu o făceam. Voiam să-i spun ce cuminte era bunicul că poate se cuminţea şi el. Era un muribund năzuros, ţipa, urla, îi deranja pe ceilalţi pacienţi şi spunea în mod constant că vrea să fie lăsat să moară. Când îl vizitam oscila între a face „haz de necaz" asupra decrepitudinii sale şi a se văita că nu este lăsat să moară. Mă îndurera şi înfuria. Mai ales că nu părea să îl preocupe existenţa mea, nu-mi punea întrebări despre prezentul sau viitorul meu. Dacă îi mai ceream câte o părere îmi spunea „că sunt mare şi ştiu eu mai bine ce este de făcut". Mi se părea sănătos ce zicea.

Numai că mama îmi sublinia uneori că „poate îmi e greu să fac faţă vicisitudinilor vieţii fără ajutorul tatălui". O luam în derâdere, pentru că ştiam că de fapt vorbea despre ea. Dânsa se simţea „abandonată vieţii pentru că avea un soţ muribund". Aş fi putut să fiu mai blândă şi înţelegătoare faţă de a ei durere. Numai că nu mă puteam detaşa de furia iscată pe marginea faptului că mă considera slabă. Eram sarcastică şi îi reproşam că mă îndemna să mă simt neajutorată. Atunci schimba placa şi îmi spunea că are încredere în forţele şi inteligenţa mea.

Aşa că din respect pentru suferinţa mamei şi din frica de a nu mi se aplică un discurs despre a mea neputinţă nu exprimam mai deloc durerea şi furia pe care le experimentam pentru că aveam un tată muribund ce dorea să iasă cât mai repede din scenă.

Uneori când mă mai îmbătam picam în butoiul cu melancolie. Începeam să plâng cu sughiţuri şi să mă vait că soarta mea a fost nefastă şi aveam un tată pe moarte. Nu de puţine ori melancolia se transforma rapid în furie, mă luam la harţă cu ceilalţi, le spuneam că nu mă înţeleg şi nu merită să fie alături de mine, o luam ad litteram „la sănătoasa" sau ajungeam chiar la violenţă fizică directă, aruncam cu sticle sau pahare după ei.

Pe patru noiembrie 2004 mama a intrat peste mine în sufragerie în timp ce mă bâţâiam şi ascultam muzică şi mi-

a spus că tata a murit. Un val de senzaţii îmi începuse în tot corpul dar în acelaşi timp se şi diluau până la dispariţie şi erau înlocuite de o plăcută împietrire. M-am detaşat instant, am spus că „Dumnezeu să-l ierte”, am întrebat-o pe mama cum a avut loc decesul apoi am continuat să mă mai bâţâi preţ de câteva melodii, timp în care mă gândeam că „uite ce bine că în sfârşit a scăpat, aşa cum îşi dorea”.

M-am detaşat de durerea şi tristeţea mea ca să nu o supăr pe mama. Nu am reuşit, mi-a dat un Lexotan când m-am dus s-o consolez. Degeaba i-am spus că e mai bine că tata a trecut în nefiinţă pentru că oricum nu avea şanse de recuperare. M-a îndemnat să iau o pastilă roz de Lexotan, ca să stau liniştită. Probabil că o durea atât de tare încât se gândea că şi durerea mea era insuportabilă. Nu era.

La înmormântare m-am dat în stambă, m-am îmbrăcat în rochia neagră pe care o purtasem la balul de la sfârşitul clasei a 12-a, am râs şi în cele din urmă am plâns cu sughiţuri. Ajunsesem să plâng pentru că mă sforţasem, mă gândeam că e bine să-mi conştientizez durerea. Îmi tot spuneam că rămăsesem singură şi că îmi va fi tare dor de tata. Chiar mi-a fost. Mai ales de cum era el înainte de toate bolile lui, de cum meşteream cu el, ieşeam la plimbare şi râdeam.

Peste doi ani a murit bunica Arghiropol, depozitara discernământului şi cea cu care mi-am petrecut mare parte din copilărie. Până la moartea ei începusem să fumez marijuana. Probabil a fost principala sursă a atacurilor mele de panică. Atacurile de panică au adus cu sine o ingestie aprobe zilnică de Lexotan. Bâţâiala zilnică era asezonată cu Lexotan şi măcar o beţie pe săptămână. Mai luam şi Stilnox pe care uneori îl asociam cu alcool. Din când în când mai înghiţeam şi alte substanţe sedative pe care le găseam prin casă (codeină, Rohypnol, Dornicum, Haldol). Cu toată sedarea mea generalizată am simţit moartea bunicii ca pe nicio altă moarte. Poate şi pentru că am fost prezentă atunci când şi-a dat obştescul sfârşit.

Eram cu mama şi o tanti care venise să dea o mână de ajutor. O ţineam de mână pe bunica în timp ce ea

începuse să ofteze sacadat, pieptul i se ridicase, ochii îi erau lăcrămoşi şi aţintiţi în gol, viaţa însăşi o părăsea. Ochii mi se umpluseră de lacrimi. Am putut vedea efectiv cum viaţa se scurge dintr-un om, cum acesta trece în nefiinţă, cum într-un timp scurt funcţiile vitale îi încetează.

Dincolo de înspăimântătoarea şi fascinanta experienţă de a fi alături de cineva când acesta trece în nefiinţă era însăşi moartea dragei mele bunici. M-am bucurat că am fost lângă ea când a făcut marea trecere. Dar am şi simţit un imens gol, un vid, când aceasta a închis în cele din urmă ochii după cele câteva minute de oftat sacadat.

În pofida tratamentelor mele cu substanţe şi bâţâială, o vreme după moartea bunicii m-am simţit mai în derivă ca niciodată. De multe ori aveam imboldul de a o chema la masă sau de a o căuta prin casă. Îi simţeam efectiv lipsa, nu avusesem un timp în care să mă acomodez cu dispariţia ei, cum fusese în cazul tatii. Chiar dacă bunica murise la o vârstă înaintată, 91 de ani.

Mai mult, bunica încercase cumva să mă familiarizeze cu ideea de moarte. Încă de pe când aveam 4 – 5 ani ani începuse să-mi vorbească despre iminentul ei deces. Îmi spunea că e bătrână şi poate muri oricând sau atunci când se supăra spunea că vrea să moară. Eu nu-i luam în seamă lamentările macabre, nu mi-am portretizat iminenta ei moarte până în momentul când aceasta în cele din urmă s-a produs.

La un an după moartea bunicii am suferit puternicul accident de maşină. Nu am mai avut răgaz să-i mai duc dorul bunicii. Am fost pusă faţă în faţă cu faptul că trecusem pe lângă propria-mi moarte.

Ceea ce m-a mai trezit la realitate. Accidentul îmi zdruncinase fricile.

Accidentul îmi dăduse impresia că „m-am renăscut şi am început să strig”. Nu doar că aveam aşa un imbold de a-mi reconfigura întreaga existenţă dar şi simţeam tot ceea ce mi se petrecea ca fiind mai intens, de la senzaţii la

sentimente. Traumatismul meu avusese loc în incinta lobului frontal (responsabil printre altele şi cu vigilenţa şi emoţiile) şi era posibil să fi experimentat o dezinhibiţie post-traumatică.

La două luni după accident m-am apucat să-mi renovez casa. Exact în acelaşi timp mi s-a îmbolnăvit pisica, pe care am fost nevoită să o operez de cancer mamar. La nici trei luni de la operaţie şi restabilirea completă, boala pisicii a recidivat şi am fost nevoită să o eutanasiez.

Am trăit o altă experienţă dureroasă. Am dus pisica la clincă pentru a fi eutanasiată. Cele două doctoriţe tinere mi-au spus că nu au inimă să injecteze serul mortal în perfuzia pe care i-o puseseră pisicii. Am fost nevoită să-mi injectez chiar eu pisica. Mi-au dat lacrimile când am apăsat pe seringă. Ţin minte că mă luase şi un val de furie, voiam să le iau la bătaie pe cele două inimoase. Dar mi-am spus că mai bine fac ce trebuie şi curm suferinţa mai repede. Am îngropat pisica în curtea din spatele blocului şi am tot pomenit furios „mila” doctoriţelor câteva zile.

Nu mi se pare că am avut vreo experienţă traumatică cu moartea.

Dar agentul revine cu poftă de traumă şi moarte la şedinţa următoare. Iar îmi prescrie că e „necesar să trăiesc tristeţea şi doliul resimţite în urma pierderii tatălui”. Nu înţeleg cum poţi să faci aşa ceva din neant.

Îi zic că o să fac doliu când moare bunica. La care mai stătea mama din când în când. Mă mai duceam şi eu pe acolo şi observam că bătrâna era din ce în ce mai nevoiaşă.

Dar nimic. Tot încearcă să mă bage pe nedrept în traumă cu „dă-ţi voie momentului, dincolo de raţionalizări”.

Îmi e dor de prezenţa celor morţi. Dar viaţa merge mai departe.

Iadul meu nu îmi pare legat de dispariţia oamenilor apropiaţi. Moartea era o situaţie neplăcută şi dureroasă.

O deznădejde. Însă nu depinde de mine. Nu eu aveam controlul asupra vieţii lor.

Aşa că nu se putea însera îndoiala de sine sau frica de a da greş, cele mai dureroase sentimente cărora a trebuit să le fac faţă.

Doliul scos în evidenţă după relatarea crâmpeiului meu de copilărie cu magazinul Stimbex planează ca un nor pe care nu îl înţeleg.

Mi se spune că „blocarea unei trăiri fireşti precum durerea sau tristeţea privează de posibilitatea experimentării la nivel interior”. Înţelegeam că nu eram dezvoltată şi complexă şi trebuia să fiu.

După capul meu avusesem o interacţiune normală cu doliul şi tristeţea. Adică nu s-a lăsat cu traume. În zadar caut eu traumă. Dar cine ştie, poate o găsesc şi scap de frică.

Am în minte premisa agentului că poate am doliu netrăit. Citesc în continuare din Jung şi caut vreun simbol prin care să îmi accesez trauma. Nu găsesc. Dar îmi dă soarta ceva de mă bagă într-o mare nostalgie şi reverie. În care am şi un vis care-mi arată că nu am traumă.

Capitolul VIII. Nostalgie şi reverie.

După ce am fost îmbuibată cu doliu netrăit se întâmplă o minune.

Găsesc trifoiul cu patru foi pe care îl culesesem împreună cu tata din parc atunci când aveam şapte ani. Îl credeam dispărut de ani buni.

Trifoiul e ca o raclă cu moaşte, un vestigiu iubit şi redescoperit. Îl ating şi declanşez ceva. Mai întâi bucuria că soarta îmi dă semn că nu am traumă.

După care zic că îmi regăsisem un crâmpei al copilăriei pierdute. Asociam regăsirea trifoiului cu un eveniment fericit.

Povestesc la entitate cum soarta îmi redase o părticică din acea stare de bine a copilăriei. Zic puţin de o parte din momentele petrecute cu tata, mersul în parc, făcutul de cartuşe, gătitul şi meşteritul prin casă.

Eu zic că tata îmi dă semn să mă fac mare şi independentă. Aud un oftat. După care grăieşte o trăsnaie.

Am putea lucra ce impact a avut moartea tatălui tău asupra ta.

A murit şi nu mai e. Aia e. Dar uitaţi că trifoiul ăsta e un semn că merg mai departe dincolo de moarte.

Cum ţi-ai perceput tatăl?

Păi tot citind psihanaliza asta îmi dau seama că în niciun caz nu a fost un zeu, aşa cum crede orice copil despre părintele lui. Era un om obişnuit cu idealurile şi frustrările lui. Îmi văd imitarea lipsei de responsabilitate de care dădea el dovadă, când mă mai îmbăt ca minerul. Dar când am fost la rândul meu bolnavă, nu am făcut ca el, am respectat cu stricteţe ce mi-au spus medicii.

E dureros să ne acceptăm pierderile.

Cel mai sigur lucru pe lumea asta este că fiecare om va muri la un moment dat. Acu na, dacă tata a murit cu suflet de copil bătrân eu ce să-i fac? O cruce mai mare şi încă un munte de colivă? Viaţa merge înainte… Şi o să fac şi doliu când va veni momentul.

Agentul face o faţă cam acră. Nu-i convine că nu-i iau

în calcul ideea doliului. Dar nu are ce să-mi facă.

Revine la trifoi.

Cu ce semnificăm acum trifoiul?

Păi nu v-am zis că e semnul creşterii? E un lucru extraordinar că am găsit trifoiul.

E un obiect. Obiectele pierdute sunt stări pe care le-am pierdut, obiectele sunt investite cu un anumit conţinut afectiv, o emoţie, o trăire, conforme cu momentul respectiv.

Da, mi se face un dor nebun după a mea copilărie.

Şi vreau să mă individuez, să mă fac om mare şi bun pentru că norocul simbolic al celor patru foi îmi ieşise în cale.

Nu mă mai interesează ce-mi zice entitatea, vorbesc verzi şi uscate despre bâţâială şi fac harababură cu pisica. Agentul zice ceva de auto-determinare şi alegeri conştiente.

Îmi văd de viaţa din capul meu.

Sunt în mare dor după mai multe momente din copilărie. Începusem să-mi retrăiesc idilic clipe din copilăria mică încă de pe când aveam zece ani. Mi se părea că era mai bine înainte. În 1994 – 1995 România era într-o efervescentă perioadă de tranziţie de la comunism la capitalism. Atmosfera din jurul meu, locuri, case, magazine, restaurante, oameni, maşini sufereau diverse schimbări pe care le găseam urâte. Aveau loc intervenţii dezgustătoare ce alterau nefericit formele şi imaginile. Structurile vechi nu erau nici înlocuite, nici transformate funcţional. Pur şi simplu se făceau adăugiri cu rost de poleială şi grandomanie. Să pară că s-a schimbat ceva, că s-a scăpat de comunism. Când, de fapt era ca şi cum i se punea unui chel tichie de mărgăritar.

Eram nemulţumită că lucrurile nu mai arătau şi funcţionau aşa cum ştiam eu. Simţeam că lumea nu-şi mai găseşte locul şi vânează aparenţe.

Dar şi eu.

Poate pentru că în vara anului 1994 a început seria

bolilor tatălui meu. Aşa s-au cam dus pe copcă activităţile de familie şi parte din atenţia îndreptată către mine. Era straniu şi neliniştitor ce se întâmpla în jurul meu. Atât societatea cât şi familia mea păreau a fi zguduite din temelii. Era o atmosferă de incertitudine şi tensiune. Nu dispuneam de capacitatea de a-mi articula mâhnirea şi îngrijorarea. Pur şi simplu am intrat în nostalgizarea secvenţelor „ca înainte”. Totodată am început să fetişizez arhitectura, obiectele şi obiceiurile comuniste.

Odată cu adolescenţa fetişizarea şi nostalgizarea trecutului meu comunist s-au disipat. Îmi apăruse pulsiunea de a deveni socială, de a simţi că aparţin şi eu unui grup de aceeaşi vârstă cu mine. Aşa că de voie, de nevoie trebuia să mă concentrez pe momentul prezent. Am uitat de nostalgie.

Consumul de marijuana mi-a facilitat revenirea unor vii amintiri din copilărie. Nu am avut însă vreme să zăbovesc asupra sentimentelor mele nostalgice, căci m-au copleşit moartea bunicii şi accidentul de maşină. Eram nevoită să mă adaptez unui nou context existenţial şi nu mai era loc şi de nostalgie. Acea dorinţă de a mă adapta era la pachet o necesitate de a mă maturiza, de a deveni şi eu un om demn şi respectabil. Dorinţa de adaptare s-a transformat într-o chinuitoare angoasă de performare. M-a tensionat enorm. Am ajuns să fac psihoterapie şi să scap de bâţâială.

Renunţarea la bâţâială mi-a prilejuit un zvâc energetic. Mi-am însuşit cititul şi kinetoterapia ca activităţi cotidiene.

De câteva săptămâni mă duc la institutul cel mare de recuperare. Îl citesc pe Jung mai ceva ca niciodată.

Şi au început să-mi apară cu mare forţă vii amintiri din copilărie. La pachet cu nemulţumirile, frustrările mele de atunci. Dar şi cu nostalgizarea şi fetişizarea trecutului. Cred că din trecut îmi voi scoate „autodeterminarea” şi „asumarea alegerilor conştiente”.

Nostalgia este o idealizare a momentelor trecute.

Nostalgicul este nemulţumit de timpul prezent şi încercă să evadeze în lumea trecutului, unde „era mai bine”. Reveria, starea de visare şi contemplare denotă o abstragere din momentul „aici şi acum” într-un tărâm interior. Subiectul îşi contemplă propriile stări şi construieşte diverse scenarii imaginare. De multe ori nostalgia şi reveria merg mână în mână.

Totuşi, eu simt că nostalgia mea îmi dă mare vână să merg mai departe. Că o să scot eu ceva nemaivăzut din lumea copilăriei mele, că mă va ajuta să mă fac om mare şi bun.

De aceea mă apucasem serios de kinetoterapie. Voiam să-mi îndrept scolioza.

Cinci zile pe săptămână mă duc la recuperare unde execut exerciţiile propuse de profesorul kinetoterapeut.

Adăugarea exerciţiului fizic ca activitate parcă mă ajută să nu mă pierd cu totul în Jung şi incompetenţa agentului.

Mai îmi dă şi un surplus de energie. Compulsiva mea adăugare de conţinuturi psihanalitice ia amploare. Înşir de-a valma în ceaslov idei şi prescripţii în ideea de a-mi pune bazele armonizării şi diferenţierii de sine. Vreau să sădesc seminţele devenirii mele.

E un demers haotic dar eu chiar sper să-mi lărgesc orizontul meu existenţial.

Mă fascinează noţiunea jungiană de alchimizare. E descrisă ca un proces de transformare a individului. Sunt acceptate şi integrate aspectele negative, ca să fie extinse cele pozitive. Vreau ca la mine alchimizarea să fie translarea energiei din bâţâială în ceva bun şi frumos.

Agentul zice că frumosul e „*armonios şi construibil*”.

Eu vreau avânt să pun la lucru diferenţierea aptitudinilor şi voinţei mele.

Jung zice că virtutea unui travaliu terapeutic este ca pacientul sau clientul (există o întreagă dezbatere asupra denumirii care i-ar trebui atribuită unui individ asistat de un psihoterapeut) să reuşească unificarea resurselor sale

cu voinţa pe care o are.

Vreau diversificare şi confirmare, ce citesc prin Jung mă face să am tot soiul de reverii în care fac şi dreg lucruri măreţe. Alternez între om de afaceri de succes, scriitor renumit şi chiar psihanalist cu formare jungiană.

Numai că mă lovesc de zidul „stazei” în care zice entitatea că mă aflu. Bine, intru în iluzia că fac individuaţie şi maturaţie.

Mă lupt cu morile de vânt ale alchimiei sinelui şi încerc să asimilez nişte valori complicate.

Sunt într-un hei-rup al asumării alegerilor conştiente, doar – doar să am curaj să mă apuc de ceva, de orice. Entitatea mai bagă pe lângă blocaj şi durerea.

Cică *„când suntem în stază, suntem amorţiţi, începem să lucrăm şi apare tensiunea, durerea, suferinţa.*

Inconştient fugim de suferinţă, dar e nevoie să fim prezenţi la noi înşine, chiar şi în stare de suferinţă”.

Da sunt prezentă şi simt un dor mistuitor de a mă bâţâi din nou.

Mi se spunea că „pot ieşi din dependenţă” şi să „îmi asum responsabilitatea existenţei”. Iar „răbdarea faţă de mine însămi şi asumarea aveau să apară pe îndelete”.

E pe a mă-tii! Stai să vezi ce tam-tam abstract îţi fac, zgripţurime obidită de entitate ce eşti! îi citesc un fragment:

Prin analiza inconştientului personal individul devine conştient de lucruri de care era conştient la alţi oameni, dar la el însuşi nu. Prin această cunoaştere el devine mai puţin unic, el devine mai colectiv, factorul său, colectiv este, cum s-a spus, fortificat. […] *În cele din urmă apare astfel o imagine vie care cuprinde cam tot ceea ce mişcă pe scena în alb şi negru a lumii, binele ca şi răul. Treptat, se pregăteşte astfel o asemănare cu lumea, resimţită de numeroase naturi ca fiind pozitivă, care ocazional reprezintă şi momentul decisiv al curei. Am văzut câteva persoane, cărora li s-a întâmplat pentru prima oară în viaţă să se trezească în această stare de iubire şi să resimtă*

pentru ele însele iubire; *sau în altă privinţă să cuteze saltul în spaţiul incertitudinii, care le-a ancorat în destinul corespunzător lor* (Jung, 2007 a, p. 315 – 316).

Ce părere aveţi?

Te-ar putea invita să te dai jos de pe piedestalul orgoliului şi al autosuficienţei…

Vreau încredere şi bună-măsură (modestie) în analiza mea. *A voi să înţelegi sau să explici prea mult e la fel de inutil şi nociv ca a nu înţelege* (Jung, 2007 a, p 322).

Exagerarea şi abuzul nu-şi au rostul într-un proces de individuaţie.

Entitatea are tărâţe în căpuţ? Nu vede că eu ştiu a funcţiona doar aşa? Nu-i mai urmăresc domnia. Fac iar tămbălău.

Eu ştiu că vreau să înţeleg cât mai mult, mult, şi mult, enorm, ca să scap odată de frică, dar şi de tensiunea şi inerţia pe care mi le pune în cârcă agentul. Domnia sa nici nu observă că acolo se spune şi ceva de iubire, un sentiment care ştiu că îl apreciază mai ceva ca pe lumina ochilor.

Până la urmă mă liniştesc şi am răbdare să îi explic cum văd lucrurile.

Aş da şi luna de pe cer ca să simt starea aceea de iubire faţă de mine descrisă în fragment. Pare ceva intens şi frumos. Dar şi spaţiul incertitudinii nu e de ici de colo. Îmi pare a fi curajul de a-ţi risca bunăstarea şi confortul pentru a obţine ceva mai intens şi mai trainic. Destinul corespunzător nu putea să fie decât solid şi durabil în capul meu.

Dar incertitudinea mi se pare o perspectivă dureroasă. Îmi e frică să cutez a mă arunca în situaţii pe care nu le pot controla.

Degeaba încearcă entitatea să mă convingă că e bine să iau în braţe iubirea „iubirea înseamnă iubire şi armonie, iubire faţă de tine în raport cu celălalt”.

Tot frică îmi este.

Presupun că dacă îmi găsesc sufletul, aşa cum făceau

eroii descrişi de Jung, atunci o să îmi omor anxietatea.

Pic într-un mare basm jungian pe care entitatea-agent terapeutic îl întreţine cu mare evlavie. Îmi vorbeşte de *„sufletul ca ritm şi energie ce insuflă un parcurs firesc, e specific creşterii fiinţei umane”*.

Chiar şi sugarul are suflet!

Noi, oamenii învăţăm, ne diferenţiem anumite valori specifice, venim pe lume, primim viaţă ca să învăţăm, să evoluăm.

— Atunci de ce facem nevroză?

— *Blocajul repetitivităţii şi al principiului plăcerii ne face să rămânem în primitiv.*

— Eu nu sunt primitivă! Dacă aş fi nu mi-aş pune problema că sunt. Doar că mă zbat între frică şi cutezanţă… Agentul îşi drege vocea şi începe să îmi predice din cărţile domniei sale.

Amalgamul emoţional e specific stării infantile. Pe măsură ce experimentează copilul ajunge să delimiteze. La 4 – 5 ani apar primele semne de responsabilizare şi delimitare, copilul începe să aibă grijă de el.

Ideea copilului care începe să aibă grijă de el îmi declanşează un mare nod în stomac.

Eu ce mă fac? Dacă nu nu voi reuşi să răzbat în lume, dacă nu voi fi în stare să realizez ceea ce îmi propun, să îmi depăşesc condiţia de infant, să am „realizări de tip adult”?

Teama îşi are sursa în inerţie, inerţie la nivel emoţional, la nivel corporal. Inerţia îngustează câmpul conştiinţei.

— Şi ce-i de făcut ca să îmi lărgesc câmpul conştiinţei?!

Îţi poţi asuma anumite *valori spirituale*.

Cum ar fi?

Smerenia, modestia.

Ca să ajung la modestie îmi trebuie o conştiinţă mai extinsă şi o bună cunoaştere a calităţilor şi limitelor

personale. Mă ia pe sus neliniştea profundă când îmi dau seama că nu-mi pot articula coerent nici limite şi nici calităţi.

Îţi poţi îndrepta privirea cu mai multă luare aminte către tine, te poţi auto-observa.

Păi asta tot încerc să fac de când îl citesc pe Jung. Şi nu îmi iese!

Deprinderea de auto-observare se construieşte. E un echilibru stabil către o altă parte de creştere.

Făcea o scorneală bombastică, dar şi eu sunt smintită de întâlnirea cu Jung, îmi pare că acea „altă parte de creştere" se referă la inconştient.

Eu tot încerc să-mi contemplu inconştientul… Şi nimic… Pauză.

În lucrul cu noi contemplarea este nu numai către exterior ci şi către interior, a te uita către ce eşti, ce simţi, cum vezi lucrurile.

Păi din câte înţeleg sunt un mormoloc de trebuie să crească, simte frică şi vede că poate face mai multe.

Devine şi el independent de frică!

Agentul îşi împreunează mâinile a rugăciune şi ia un ton cald.

Îmi dau voie la independenţă în măsura în care dau la o parte *comportamentele de tip compulsiv.*

— Adică la ticuri?

Ticul e repetitiv şi e expresia unei staze, a unui blocaj.

Eu am o trăire arhaică, să mă bâţâi, să mă miros, să mă joc cu diverse obiecte, să mă agăţ de ceva. Cum rezolv această problemă?

E necesar să stabilesc un contact cu interioritatea mea, pentru a nu mai avea nevoie de agăţarea de exterior pentru a-mi dovedi existenţa, un mecanism specific unei trăiri primitive.

Nu înţeleg.

Ticurile sunt o nevoie de contact cu corporalitatea,

dar neadecvată, falsa părere că eşti în contact cu celălalt, supralicitând mirositul, bâţâitul. Se creează tensiune, nu se satisface o nevoie naturală.

— Vreau autodeterminism, să dobândesc voinţa de a alege să mă detaşez de pulsiuni şi compulsii!

— *Ce aleg eu pentru mine? Să cresc sau să trăiesc într-un cum s-o întâmpla?*

— Ce?!

— *Întâmplatul denotă neresponsabilizare.*

De la marele spiritual al sufletului ajunsesem iar la neresponsabilizare. Mi se pare nedrept să îmi fie asociată, din moment ce fac terapie, mă duc cinci zile pe săptămână la recuperare şi taman ce mi-am cumpărat pentru a mea cameră un pat mare, să am loc să „cresc" în el.

Invit entitatea să îl vadă. Îi place.

Taman bine. Îi zic cum de cum mă prind a medita mai mult la ticuri mă ia o somnolenţă teribilă. Aflu că somnolenţa *e un mecanism de apărare, că încerc să rămân trează la mine.*

Ca să rămân trează mai citesc nişte Jung.

Vreau să îi dau peste nas agentului că mă crede iresponsabilă.

Îi citesc că *„un conţinut poate fi integrat numai dacă aspectul său dublu a fost conştientizat şi dacă el nu este sesizat doar intelectual, ci este înţeles şi corespunzător cu valoarea sa afectivă"* (Jung, 2005, p 45).

— *„A fi afectat" e o sinteză între sensibilitate şi putere. Lucrurile încep să curgă.*

— Ce să curgă? Din fericire vecinii mei nu au nicio ţeavă spartă… Iar eu ziceam de valoare afectivă a lui

Jung.

Îi zâmbesc ştrengăreşte. Doar – doar să îşi dea seama că bate câmpii. Agentul nu se simte.

Afectul presupune un sens constructiv al curgerii.

Adică cum?

Putem eluda rezistenţele.

Ce-i aia eludare?

A *eluda egal cu a elimina*.

Notez în agendă şi încep să mă vaiet că „nu am şi eu curgere afectivă”.

Mi se prezintă ce face un „copil liber şi adaptat”. Acestuia *„îi face plăcere jocul, se joacă ţinând cont de el şi de ceilalţi”*. *„El identifică şi recunoaşte nevoile într-o formă adecvată, afirmativă, fără să îşi aducă un prejudiciu sieşi sau celorlalţi. Procedând aşa el dă lecţii de învăţare a libertăţii şi a asumării de sine”*.

Îmi era ciudă că nu fusesem un copil liber şi adaptat. Drept urmare am fost întrebată ce semnifică de fapt ciuda la mine. Evident că m-am încruntat „a ciudă”.

Îmi dă temă „să constat şi să observ fără a intra în însuşi mecanismul de ciudă”, „să am un inventar al situaţiilor în care mi-a fost ciudă”.

Fac tema.

19.07.2010

*Îmi este greu să trec în revistă toate situaţiile în care mi-a fost ciudă, mai ales că în copilărie cred că se întâmpla aproape zilnic. Lipsa prezenţei celorlalţi mă făcea cel mai des să îmi fie ciudă. Prin lipsa prezenţei înţeleg: lipsa comunicării cu persoana mea şi atenţia îndreptată în altă parte. Pentru că nu eram băgată în seamă mă înfuriam, simţeam abandonul, îl convert*eam *într-o nostalgie a unor trăiri şi situaţii pe care nu prea le avusesem, pentru ca în final să mă resemnez în faţa lipsei lor. Se poate spune oare că ciuda venea din lipsuri? Ciuda era o tânjire, o neîmplinire. Şi acum este la fel, doar că nu mai investesc aşa de mult afect în situaţii potenţiale, ci mă centrez pe cele reale. Plâng de ciudă când nu primesc ceea ce vreau. De cele mai multe ori în solitudine, mi se pare că „nu se face” ca cineva să mă vadă plângând deoarece mă vede ca fiind slabă şi demnă de milă. Dar curios că acum barez tocmai mila, pentru că în copilărie îmi era ciudă că nu mi se plânge de milă, adică dacă nu eram băgată în seamă când plângeam. Mă întreb de ce îmi apare obsesiv în minte*

acest „băgat în seamă”. Mă face să mă gândesc cumva la patologic. E ceva compulsiv, exact cum este şi mirositul.

Ah, acum de exemplu îmi este ciudă că nu am făcut recuperare la timp, că spatele mi se strâmbă, că poate am ceva la ganglioni, că nu am dragoste de muncă, că nu încerc să îmi găsesc ceva de muncă, că nu mă bucură ideea de a munci care mi se pare o corvoadă, că nu pot să mă adun să fac ceva constructiv, că poate nu am energia necesară să fac faţă vicisitudinilor vieţii, că poate semăn cu mama şi sunt o dezenergetizată cu compulsii amăgite şi frustrări înăsprite.

Citesc. Mă întreabă ce părere am.

Primirea atenţiei era o nevoie exagerată până la dramă. Voiam să fie doar ca mine.

Îmi e greu să accept nu-ul, pentru că vreau să păstrez conţinutul arhaic al copilului egocentric. Pic niţel pe gânduri.

Ok, eram incapabilă să-mi amân satisfacerea pulsiunii imediate pe mai încolo. Faptul că părinţii sau alţi îngrijitori ai mei mai aveau şi alte lucruri de făcut pe lângă a mă băga pe mine în seamă mi se părea o mare ofensă. Aveam impresia că ei îmi fac în ciudă pentru că nu mă băgau în seamă.

Da, poate eram un copil dramatic de egocentric.

În fanteziile mele îmi construiam trăiri şi situaţii în care primeam toată atenţia din lume. Aveam şi nostalgia sentimentelor din fanteziile mele mai vechi. Aceea era nostalgia trăirilor şi situaţiilor pe care nu le avusesem.

— Îmi e clar acum! Ciuda mea era o neîmplinire şi o tânjire. Tânjirea poate să însemne şi că stagnezi în dezvoltare. Mă lăsasem pe tânjeală în lumea reală şi făceam şi dregeam în fanteziile mele. Dar doresc mult de tot să fiu acceptată şi cu slăbiciunile mele. Şi să scap de compulsii, frustrări şi identificarea cu mama.

Agentul iar mi-a bătut monedă pe furie. A insistat şi că „nu accept amânarea şi refuzul”.

Am uitat de drama textului. M-am gândit la copilul

adaptat, care sigur poate. Dar dacă eu nu puteam??

Mi s-a spus că acel „nu pot” era dovada rămânerii în ciudă. Soluţia era *„să nu mai refuz convertirea energiei furiei mă bucurie”*.

Am înţeles că scăpam de ciudă dacă nu mă mai înfuriam. Mi-am amintit de ce îmi tot spunea mama – „când vrei tu ceva cu adevărat, mereu ştii să faci ceea ce trebuie, să fii rezonabilă, numai că nu vrei, îţi place să ne pedepseşti, să ne faci în ciudă”. Mi-am propus să învăţ să mă bucur, să nu mă mai concentrez pe ce îmi provoca ciuda. Şi să îmi însuşesc libertatea adaptabilă.

Dar cum?

Cred că nici măcar sufletul adormit al lui Jung nu ştie.

Revin în forţă la şedinţa următoare şi aflu nişte bazaconii de stă sărmana mea pisică în coadă.

Eu vreau libertate dar am dependenţă de ticuri. Vreau adaptabilitate, dar îmi este frică.

E un preaplin de amalgam. Să rămân prezentă!

— Aha şi să mă înfurii şi mai tare când văd cât de fricoasă sunt?

— *Frica e o trăire iraţională*.

— Asta deja ştiu. Şi mai ştiu şi că ard mocnit de furie şi mă dor toţii muşchii şi toate oasele de la recuperarea aia. Dar nu mă las, bag şi mai tare… Cum sunt tehnici de îndreptare a spatelui nu sunt şi tehnici de îndreptare a furiei?

— *Furia se arde prin respiraţie holotropică*.

— Aia e o tehnică greu de obţinut, am citit şi eu despre ea, te bagă într-o transă similară cu cea indusă de acidul lisergic, cel mai puternic halucinogen sintetic. Asta vrem noi? Ca eu să ajung şi mai mult în transă?

Furia poate fi primenită şi prin exerciţiu fizic, printr-o curăţare a corporalităţii.

Ee na, să ţin şi post acum? Se face că nu aude.

Emoţia e la nivelul corporalităţii. Tu eşti în primenire

acum. *Primenirea aduce tot felul de manifestări somatice*.

Sunt în plin proces de asimilare de Jung şi de luptă cu coloana mea cea strâmbă! îi putem zice şi primenire, da sună bine. Dar să scap de furie nu pot!

„Nu pot" e o neputinţă. Rămân în ciudă ca neputinţă, pentru că refuz să convertesc energia furiei mă bucurie.

Şi dacă nu o convertesc ce se întâmplă?

— O furie neconsumată duce ori în obsesie ori în depresie!

Mă detaşez. E neprofesionist ce face. Cum să mă invite parşiv la boală?! Dar, na, orice om are dreptul să mai greşească. Totuşi, îmi pun problema că agentul e cam lipsit de competenţă, deşi mă făcuse indirect să mă las de bâţâială.

Intru într-o fază în care iau agentul mai puţin în serios.

Am mai citit nişte Jung şi mi-am pus problema forţei interioare. Am asociat-o cu încrederea în sine.

Adevărul este forţa care a venit din tine (Jung, 2005, p 98). Nu m-a interesat că era un mic fragment dintr-o întreagă argumentaţie asupra dublului aspect al lui Hristos – cer şi pământ. Am luat adevărul drept forţa încrederii în mine. Pe care voiam să o obţin. Cu sau fără ajutorul entităţii care dăduse cu mucii în fasole.

Pe 23 iulie împlineam trei luni de când nu mă mai bâţâiam. Şi am avut terapie. Mă simţeam încrezătoare în forţa mea din moment ce reuşisem să scap de un obicei ce durase 23 de ani.

Agentul a dus discuţia către *„valorizarea sprijinului celorlalţi"*, *„responsabilitate şi construcţia identităţii"*. Am fost surprinsă când mi s-a spus că *„mulţumind pentru, valorizând comportamentul sau gestul venit din partea celorlalţi, mă valorizez pe mine"*.

Trebuia să mulţumesc cu mare evlavie la terapie pentru că mă lăsasem de bâţâială?

Dar m-am gândit că a mulţumi nu este un lucru rău. Puteam să-mi arăt mai des aprecierea.

La şedinţa următoare mă dădeam de ceasul morţii că mi se prăbuşeşte spatele. Deşi la kinetoterapie mi se spunea că mă descurcam bine, spatele meu nu avea nicio şansă să se prăbuşească.

Persoana cu care făceam terapie a încercat să mă facă să-i spun ce simt. Eram terifiată, mă păştea o catastrofă! Mi-a subliniat că „mă exprim complicat şi abstract" şi că aş fi putut „să exprim emoţiile mai simplu".

Nu puteam. Degeaba mi se spunea *că „exprimarea afectului printr-un vocabular abstract te poate bloca în spaţiul raţiunii, te detaşează de concreteţea emoţiei"*.

— Şi emoţia cum e?

— *Necondiţionată şi pură ca iubirea*.

Am fost povăţuită să am încredere în iubire şi exprimarea ei. Pentru că *iubirea conţine cei trei R*: *reală*, *reciprocă*, *realizabilă*.

Mi se părea că se băteau câmpiile iubirii în loc să mi se dea o explicaţie coerentă pentru frica mea.

M-am detaşat şi mai şi de entitate. Mi-am văzut de compulsia lecturii mele. Speram să mă ajustez eu într-un fel sau altul.

Am tot citit din Jung şi m-am gândit la discrepanţa mea „am încredere că pot să fac orice/nu sunt în stare de nimic", la capriciile mele şi la greşelile părinţilor mei.

Bătrânul spunea că nu este prea valoros să ştim unde greşeşte celălalt, interesant devine abia acolo unde greşim noi înşine, căci putem să şi întreprindem ceva (Jung, 2005, p 309).

Voiam să trec peste vini, regrete, decepţii, ostilităţi, trufii şi amărăciuni.

Încercam să-mi explic cum sunt abstractizate emoţiile în ideea de a ajunge să le exprim fluid.

Îmi atrăsese atenţia că *începuturile abstractizării îşi au originea în mitologie*, *acelaşi lucru şi pentru psihologia infantilă* (Jung, 2006, p 43).

Înţelesesem că omul dobândeşte sensul emoţiilor sale odată ce începe să abstractizeze. Învaţă să facă acest lucru

în copilărie pe baza poveştilor, basmelor şi pildelor cu eroi.

Mă gândeam că fusesem reactivă faţă de încercările celor din jurul meu de a-mi prezenta diverse pilde educaţionale. Mă simţeam vinovată faţă de revolta pe diversele îndemnuri de a învăţa şi de a-mi însuşi logica bunului simţ. Scriam în ceaslov aşa:

Jung e de părere că educaţia joacă un rol central în stabilirea conştiinţei copilului. Cultura este astfel un maximum de conştienţă posibilă. Eu am respins metodic toate bazele culturale ce mi-au fost imputate de şcoală. Le vedeam ca răul, „standardizarea tocilărească", de care trebuia să fug, să mă feresc. Scopul meu central era respingerea interiorizării şi memorării acquis-urilor şcolare. Le înţelegeam din perspectiva translării lor în câmpul artefactelor ciuntite ce-mi impută o robie, o privaţiune de libertate. Pe lângă faptul că vedeam lecţiile, cărţile, istoria, româna ca pe nişte rele ale oamenilor mici de care trebuia să fug ca să nu fiu şi eu un om mic, exista şi spiritul de frondă. Le respingeam pentru că erau din spectrul „trebuie", ce era perceput de mine ca o zonă gri, indezirabilă, pentru că îmi amâna pulsiunea de a avea aici şi acum. Presupunea o construcţie metodică şi răbdătoare ce făcea un puternic apel la voinţă. Voinţa mea era puternică, însă doar pe segmentul „a face în ciudă". Încă mai merg uneori până în pânzele albe (până văd că toleranţa ta a ajuns aproape de punctul zero), ca să-ţi arăt că lucrurile stau pe dos, că părerea ta poate fi răsturnată, că nu tu eşti cel mai tare din parcare. Şi fac asta probabil pentru că te pedepsesc că nu îmi dai afecţiune. Oricum şi dacă mi-o dai, tot o resping vehement. Sunt eu oare acum în stadiul de trecere de la o conştienţă primitivă la una civilizată? Asociez aici civilizarea cu conştientizarea de sine, a mediului, a ceea ce e în jurul meu, altfel o văd ca pe o impunere şi apar mecanismele de frondă, furie şi negare.

Făcusem un reactiv memo al ostilităţii mele faţă de civilizare. Realizasem că principalul meu motor motivaţional era pulsiunea de a avea totul pe loc şi îmi foloseam voinţa pentru a respinge majoritatea activităţilor

de civilizare ce-mi erau menite. Făcusem pasul de a asocia civilizarea conştientizării.

Aş fi vrut să am voinţă şi răbdare în a mă civiliza.

La terapie mi se spunea că mă *„pot construi şi primeni”*.

Primenirea aceea mă lăsa rece şi îndoită.

Mai făceam puţin în ciudă văicărindu-mă că nu eram în stare să mă primenesc. Apoi exploram de una singură.

Voiam să nu mai fac în ciudă, să îmi însuşesc rapid un fel potrivit de a fi. Citeam în speranţa că voi găsi mijloace de a-mi înţelege şi atenua revolta.

Îmi atrăsese atenţia un citat în care rezultatele şcolare erau date jos de pe ceea ce eu credeam că era piedestalul realizării de sine.

Nu contează de câte cunoştinţe iese cineva încărcat din şcoală, ci dacă şcoala a izbutit să-l scoată pe tânăr din starea de identitate inconştientă cu familia şi să-l facă să aibă conştiinţă de sine. Fără această conştiinţă de sine, el nu va şti niciodată ce vrea cu adevărat, ci va rămâne permanent într-o stare de dependenţă şi nu va face decât să imite, având sentimentul că este neînţeles şi reprimat (Jung, 2006, p 65).

Consideram că eu nici nu învăţasem, dar nici nu aveam o conştiinţă de sine. Mă consolam cu gândul că mă străduiam într-un fel sau altul să o dobândesc.

M-am plâns un pic la terapie. Mi s-a recomandat să fiu „autentică”.

Cum adică? Ce sunt eu monedă?

Haide Vio, nu te mai prosti.

Ok, ce înseamnă autenticitatea în lucrul cu sine?

Am pliat cu resursele mele cu starea mea de conştienţă, cu nevoile mele, cu aspiraţiile mele.

— Adică?

Fac un echilibru între ele, le construiesc ca atare, mă individualizez.

Adică?

Entitatea deja strânge buzele a ţâfnă.

— *Adică am un rost pe lume*.

Cum aţi descrie „rostul pe lume”?

Agentul strânge iar buzele, după care se înflăcărează.

Îmi ştiu menirea, care e în directă legătură cu resursele, nevoile fundamental umane. În momentul în care fiecare îşi are un rost nu mai apare orgoliul. Negăsirea rostului duce la minimalizare sau orgoliu prin supraevaluare. Fii acolo, trăieşte momentul.

Da, eram acolo şi vedeam că o luase razna. Ce treabă avea orgoliul? îl băgase ca pe o muscă în lapte. Îmi pun de-a binelea problema să renunţ la terapie. Sănătos şi profesionist era să îmi explice cum funcţionau resursele, nevoile şi aspiraţiile, astfel încât să mi le fi problematizat pe ale mele.

O ardea mai general ca Jung şi mai avea şi probleme de orgoliu. Am făcut o harababură infernală până la sfârşitul şedinţei. Adică m-am detaşat şi i-am povestit cu mare emfază cum urma să plec eu în Deltă, la Sfântul Gheorghe unde aveam să beau şi să privesc tot felul de filme independente, unul mai controversat ca altul. Am înflorit lucrurile, m-am dus în vulgar şi obscen.

I-am admirat faţa contrariată în timp ce mă gândeam că atunci când mă întorc îi voi spune adio. A plecat de la şedinţă, spunându-mi să „am grijă la excese”.

După amiaza am adormit şi am visat ceva care m-a făcut să am încredere că lucrurile merg de fapt în direcţia cea bună.

5.08.2010

Se făcea că eram iar la Olăneşti. De data asta cu toată lumea, mai toţi prietenii mei din acest moment. Era frumos şi soare şi surpriză, venise şi tata. Ceea ce m-a bucurat foarte mult. Ajunsese cumva din morţi, îşi „luase libere”. Arăta cum îl ştiam eu cu ceva vreme înainte să moară, cărunt, slăbuţ, înalt. Purta un tricou alb şi pantaloni trei sferturi gri. I-am spus cât de fericită sunt că

a putut să ajungă şi el cu noi. Se vedeau munţii însoriţi şi am reuşit să beau apă şi de la izvorul nr. 4, de unde ţineam eu minte că nu puteam eu să beau apă data trecută. Această memorie era doar în vis, căci în realitate băusem apă de acolo acum o lună, când fusesem la Olăneşti cu o prietenă. Deşi acum o lună izvoarele erau securizate, nu puteai să treci decât dacă aveai o cartelă, în vis paznicii erau plecaţi şi barierele se micşoraseră. Am putut să trec fără efort. Tata se impacientase puţin. Mi-a spus, „sigur ai voie să faci asta?”. Eu foarte senină i-am răspuns, „tu îmi porţi noroc, că eşti aici, de aia au plecat toţi şi am putut să intru aşa de uşor”. Am băut apă de la izvorul patru. Era sălcie, relativ bună la gust. Ce m-a frapat a fost faptul că, începând cu a doua *sau a treia gură pe care am luat-o, apa a început să se facă neagră. Astfel, ultima gură de apă pe care am băut-o a fost neagră ca smoala. Ceea ce m-a speriat. Am vrut să o scuip, însă până la urmă am înghiţit-o. Îmi amintesc că voiam să o scuip exact pe treptele pe care le urcam pentru a ieşi din izvorul nr. 4. Am urcat treptele, prezenţa tatii care încă era la întoarcerea mea din izvor a dispărut şi am fost transpusă într-un soi de petrecere. Apoi m-am trezit.*

În vis avusesem un puternic sentiment de libertate, să fac tot ceea ce îmi propuneam.

am perceput ca pe o manifestare a inconştientului care îmi dădea încredere. Tata mă vizita din morţi. Deci mi-l reprezentam aşa cum era, trecut în nefiinţă, nu aveam probleme cu doliul şi trauma. Puteam să trec de bariere, deci puteam să trec şi de frici şi condiţionările întru frică din copilărie.

Izvorul din vis era probabil reuşita materială, iar petrecerea reuşita socială.

Apa neagră ca smoala era probabil însăşi frica mea că lucrurile vor ieşi prost atunci când mă apucam de ceva. Dat fiind că am înghiţit-o, adică nu am mai luat-o în seamă, am putut urca, adică mi-am depăşit condiţia.

Mi-am spus că lucrurile se îndreptau de fapt către

direcţia bună. Agentul îmi dăduse un motiv să citesc Jung, lucru care mă dusese la interesul pentru vise. În vis experimentasem o senzaţie de încredere cum de mult nu mai simţisem.

Am plecat fericită în Deltă. Când m-am întors am avut o şedinţă terapeutică care m-a făcut să iau şi mai puţin în serios terapia. M-am scufundat şi mai şi în magia jungiană.

Agentul zice că „apa este un simbol al vieţii şi al trecerii în existenţă" iar *„visele cu simbolistică apar când deja a început travaliul interior"*.

Păi gata, am acceptat moartea tatălui. El nu întreprinde vreo acţiune în visul meu, e doar o prezenţă care îmi purta noroc.

Poate şi o negare…

Îmi zice că apa neagră putea fi suferinţa generată de moartea tatălui. Am vorbit de doliul meu netrăit. Mă gândeam că poate îmi reprimam marea durere şi va ieşi la iveală la un moment dat.

Dar ce o fi apa aia neagră? Eu zic că sigur e frica pe care o înghit şi apoi fac lucruri bune.

Poate fi *compulsia de a-i zgândări pulsional pe cei din jur*.

Cum adică?

O *rămăşiţă de neînţărcare*.

Rămăsesem mască. Nu mă aşteptam la o asemenea explicaţie. Instinctiv am întrebat cum fac să mă înţarc.

— *Copilul nu o mai consideră pe mamă obiectul plăcerii masticabile atunci când vine momentul înţărcării. E necesar ca ţâncul să fie preparat, să i se explice de ce e bine să înceapă să se hrănească şi cu altceva, pentru a nu o mai „hâţâi" pulsional pe mamă. Independenţa este consecutivă înţărcării.*

Sigur m-am şi înţărcat, în vis am simţit că am putut!

Există *furia preverbală că mă ţinea în braţe şi nu îmi mai dădea lapte*.

Mă amuza, mi se părea o gogomănie.

Dar dacă rămăsesem traumatizată de la încetarea alăptării?

Mi s-a spus că *starea anteînţărcare putea lua o formă verbală*.

M-am revoltat. Era o idioţenie! Din revoltă am picat şi mai şi în iluzie. În loc să opresc terapia am continuat-o.

La următoarele şedinţe am insistat cu înţărcarea dintr-o curiozitate de a vedea către ce se va duce entitatea. Am aflat de „reflex sfincterian”, „necesitatea de a afla cum s-a oprit alăptarea şi dacă mă mai ţinea la piept după”, „tensiunea că mă ţine în braţe şi nu îmi mai dă lapte, furie pe obiectul plăcerii”.

Parcă eram într-o piesă de teatru postmodernistă. Mă amuzam în loc să îmi lucrez ce era important, neîncrederea şi frica. Să vorbesc despre aspiraţiile mele, că voiam reuşită materială şi socială.

Din frică mi se părea că erau meschinării. Îmi pansam frustrarea cu ideea că eu trebuia să mă înnoiesc spiritual.

miracol.

Credeam că îmi voi însuşi de una singură schimbarea sufletească benefică.

Citeam compulsiv pe Jung, umpleam pagină după pagină cu citate în speranţa că se va întâmpla cumva un

Căutam o piatră de temelie, un arc de boltă de la care să pornească structurarea coerenţei mele interne. Îmi atrăsese atenţia alchimia, pe care mi-o reprezentam ca pe o legătură tainică şi strânsă între elemente.

Alchimia presupune că în mecanica şi coerenţa lumii elementele nu sunt disparate, toate au legături unele cu altele.

Jung spunea că e la fel şi în dinamica cognitivă şi afectivă a unui individ. Pacienţii lui îşi alchimizau conţinuturile psihice pentru că îşi înţelegeau inconştientul.

Presupuneam că visul îmi pusese inconştientul pe tavă.

Şi el îmi dăduse semn că voi dobândi *„claritatea simţului contemplativ şi pacea dincolo de îmbulzeala agitată a simţurilor”*.

Doar tânjeam după o deosebire, voiam să ajung şi eu un spirit excepţional, ca Jung. Căutam o siguranţă absolută şi voiam ca dezvoltarea mea să nu fie banală.

Să îmi găsesc motive care să-mi dea întâmplări sufleteşti extraordinare. Aproape că intrasem în delir de la atâtea reverii cu Jung.

Noroc că am avut un vis care m-a trezit la realitate.

Azi-noapte am visat că eram la mare, se desfăşurau acţiuni pe mai multe planuri. Îmi amintesc foarte bine o stare de apartenenţă, eram acolo cu mai mulţi oameni. Brusc s-a schimbat atmosfera. Se făcuse frig şi coboram pe nişte trepte înspre plajă. Nisipul şi marea erau gri-maronii, nisipii. Nisipul era acoperit cu cristale de gheaţă, ca o brumă, şi înţelenit. În mare pluteau blocuri de gheaţă. Era o atmosferă cumva dezolantă. Se terminase vara şi brusc s-a pogorât o iarnă cenuşie şi rece.

Nu am discutat visul la terapie. Îmi era că iar mi se bagă perspectiva doliului netrăit.

M-am tot gândit la starea de apartenenţă pe care o simţisem în vis. Poate era voinţa mea de a fi una cu ceilalţi. Voinţă pe care o pedepseam şi elogiam deopotrivă în copilărie. Doream să simt că aparţin, dar mă revoltam pe prescripţiile şi manifestările apartenenţei. Adică făceam permanent în ciudă. Aşa primeam atenţie. Asimilasem revolta cu apartenenţa.

Coborârea pe trepte poate era imersia în plaja aşteptărilor mele de atenţie necondiţionată. Nisipul simboliza toate jocurile pe care le făceam întru a primi gratificarea. Marea era energia mea vitală ce se centrase în jurul unor blocuri de reprezentări ale maturităţii care-mi dădeau mari angoase.

Adică să am o carieră şi o familie de succes, să intru şi eu în rândul lumii. Le resimţeam ca în afara mea, reci şi neplăcute, dar şi imperioase în realizarea mea. De la vara

apartenenţei de copil ajunsesem brusc la iarna maturităţii. Visul îmi arăta că simţeam maturitatea ca pe un lucru rece şi cenuşiu, deoarece o asociam cu ce mi se părea că voiau şi se aşteptau ceilalţi de la mine. Dispreţuiam ceea ce credeam eu că înseamnă maturitate din punctul de vedere al societăţii şi anume conformare. Totodată voiam şi să mă conformez într-un fel sau altul, printr-o scurtătură sau alta. Îmi doream coroana statutului de om matur.

Visul îmi arăta conflictul meu cu maturitatea. Pfuu! Nasol. Ce mă fac?

Citesc că „*Ce înseamnă în definitiv o mare inteligenţă cuplată cu inferioritate morală*? […] *Înzestrarea nu e neapărat valoare, ci este doar atunci când restul personalităţii ţine pasul cu ea, când talentul poate fi întrebuinţat şi în scop util. O capacitate creatoare poate, din păcate, acţiona tot atât de bine şi distructiv. Dacă se îndreaptă spre bine sau spre rău este un lucru pe care îl decide doar personalitatea morală*” (Jung, 2006, p 157).

Aha, îmi însuşesc propria-mi personalitate morală. Întreb chiar şi agentul ce părere are despre inferioritatea morală. Am aflat de „lipsa caracterului” şi „aspiraţiile mici”, „brânza bună în burduf de câine”. După care mi-a făcut o prelegere despre „dăruirea necondiţionată necesară asumării construcţiei”.

Prelegerea era o frecţie dăruită piciorului de plastic. Totuşi, mă simţeam recunoscătoare că îmi pomenise caracterul.

Era o aspiraţie mică să îmi doresc apartenenţa prin scurtături.

Era dovada unei inferiorităţi morale să am nişte aspiraţii mici de a primi atenţie permanentă şi necondiţionată. Era o lipsă de caracter să voiesc aşa ceva. Era acea mulţumire a mea cu statutul de brânză bună în burduf de câine. Deşi mă revoltam pe dinamica socială, o acceptam. Mă simţeam una cu ceilalţi prin statutul meu aparte dat de burduful de câine.

Îmi aminteam cum încă din copilăria mică aveam

senzaţia că va veni un moment când nu voi mai face în ciudă şi nu mă voi mai bâţâi, voi deveni un om normal.

Un fragment mi-a dat încredere că senzaţia mea din copilărie devenise realitate. *Suntem determinaţi nu doar de trecut, ci şi de viitor, care este sădit în noi cu mult înainte şi care se dezvoltă treptat în interiorul nostru* (Jung, 2006, p 124). Simţeam că eram în plin proces de modificare şi transformare.

O transformare lipsită de morală era zadarnică.

Făcutul în ciudă nu putea fi confundat cu apartenenţa. Aşteptările mele nemăsurate de atenţie şi pretenţiile de a fi specială chiar erau dezolante, cenuşii şi reci. Schimbarea bruscă de atmosferă putea semnifica şi că percep inferioritate morală şi lipsă de caracter odată ce trec în maturitate. Iar agentul îmi recomanda maturitatea, creşterea, în loc să îmi favorizeze ceva mai bun, tăria de caracter sau talentul la ceva.

Însăşi ideea de maturitate îmi displăcea. De aceea o şi asociam cu acele blocuri reci care îmi dădeau angoase. Pentru că îmi părea că trebuie să mă conformez unor lucruri plicticoase şi să îmi reprim spiritul ludic.

M-am detaşat de domnia entităţii-agent.

Voiam să-mi pun energia în slujba unui scop nobil, să pot spune despre mine că am talent la ceva. *Talentul poate fi obstaculat, mutilat, pervertit, sau poate fi promovat, dezvoltat, îmbunătăţit* (Jung, 2006, p 159).

Mi se părea că Jung avea şi el o părere proastă despre conformare.

Cu cât personalitatea este mai mică, cu atât ea devine mai indeterminată şi mai inconştientă până în cele din urmă se amestecă indistinct cu societatea, renunţând astfel la propria totalitate şi împrăştiindu-se în schimb, în totalitatea grupului. În locul vocii din interior apare vocea grupului social şi a convenţiilor sale şi în locul vocaţiei apar necesităţile colective (Jung, 2006, p 195)

Mi-am spus că refuzam conformarea deoarece nu mă identificam cu necesităţile colective. Dar cu ce mă

identificam atunci? Nu ştiam. Speram să-mi găsesc cumva vocaţia şi să nu mai fac dovada inferiorităţii morale.

Aşa că am început să citesc Jung, „Amintiri, vise, reflecţii”. Eram curioasă ce i se întâmplase lui, ce făcuse de îşi găsise vocaţia. Pe parcursul lecturii primului capitol, „Copilăria”, mi-au apărut mai multe întrebări. Le-am notat şi am plecat la mare, ca să mai iau o gură de aer proaspăt.

Din reveria cu Jung am picat în nostalgie.

La mare am avut parte de o experienţă intensă. Am vizitat hotelul în care mi-am petrecut 15 vacanţe de vară (3 – 17 ani).

Era aproape abandonat şi am devenit super-nostalgică.

4.09.2010

Chiar dacă aş fi avut de răspuns la ceva întrebări, prefer să aştern experienţa pe care am trăit-o acum două ore în Neptun, la hotel Neptun. Vreau să pun etanş, la păstrare fiecare părticică a ghemului de imagini, afecte, emoţii, mirosuri, texturi, culori şi forme.

Vreau să rămână consemnat pentru eternitate, în memoria mea afectivă şi în memoria per se *intervalul de aproximativ o oră în care trecute trăiri s-au reconfigurat în peisajul de pasăre Phoenix pe moarte.*

Pasăre Phoenix, pentru că probabil sunt optimistă şi cred că proiectul instaurat în privinţa hotelului Neptun se va concretiza (a fost cumpărat de doi oameni de afaceri care intenţionează să-l transforme într-un resort turistic de 30.000 de metri, probabil all-inclusive). Vreau ca peste câţiva ani să merg într-un paradis turistic, sporindu-mi trăirile infantile, înălţându-le, înmulţindu-le, upgradându-le, reconstruindu-le. Să le văd într-o lumină nouă, să le dau noi valenţe, să le updatez.

Să mă desprind de trecut. Să îl păstrez totodată în mine, să îl hrănesc, să îi adaug fraţi şi surori, să îmi sporesc fericirea. Chiar dacă acum trăiesc tragedia pierderii paradisului copilăriei.

Tocmai intrasem în Neptun cu doi prieteni. De îndată

ce am zărit hotelul am tresărit. I-am determinat cumva să oprim acolo şi minune! *Uşile erau deschise, deşi părea ca totul să fie pustiu şi încuiat. Uşile erau deschise*.

Am intrat în roller-coasterul efervescent, înălţător şi căzător al unei odisee apuse. Acum am realizat definitiv că nu mai am cum să ajung acolo, decât prin amintiri. Nu mai era mobilă, nu mai erau oameni. Totul pustiit. Arhitectura, recepţia, câteva scaune portocalii, mozaicul, geamurile îmi evocau zeci de momente trecute.

Tanti Nina, Eva de la bar, turiştii străini, franţuzoaicele, Cami, forfota din recepţie la ceas de seară, panourile albe cu reclame pentru turiştii străini, TUI Reisen, Danube Delta, doamna Vulcan, shop-ul, casa de schimb, restaurantul, nenea Scobici, florile de pe masă, parfumul puternic al unor turişti, sculptura din bronz de deasupra recepţiei.

Dacă stau să mă gândesc mai bine acum îmi dau seama că cea mai frumoasă perioadă a hotelului a fost până în 1992 – 1993. Nu existau kitsch-urile turciste, era o armonie între arhitectură şi reclame. Oamenii nu aveau tone de străluci pe ei. Dacă făceai rost de Tic-Tac, Mars sau Hershey's sau Fisherman's Friend ţi se părea că toată lumea e a ta, că s-a pogorât graţia divină în gura ta. Brifcorul şi Pepsi-Cola cele neaoşe erau împăraţi la restaurant, pe terasă sau la cofetărie. În 1992 (cred) tatăl meu făcuse rost de la ceva ajutoare de lapte condensat cremă la tub, Lacta, un tub alb cu inscripţii bleu-marin, pe care îl folosea la prepararea cafelei. Era un gust divin, de neegalat, cel mai bun desert posibil.

L-am regăsit parţial anul trecut la un târg din Berlin, Dulce de Leche, un moşuleţ vindea borcănele cu lapte şi miere, simplu sau cu diverse arome. La bază avea lapte condensat.

Revenind la odiseea neptuniană, amintirea laptelui condensat mi-a plasat în ochiul minţii un flux de imagini şi senzaţii. Pe unele le regăseam live în atmosfera hotelului părăsit.

Apartamentul 110, unde stăteam vară de vară cu ai mei era ferecat. Dar am putut intra în altul. Chiar dacă nu mai avea mobilă am reauzit parchetul scârţâitor. Am simţit mirosul specific de sare amestecată cu lemn, mosc, vechi, pământ şi ud. Un miros extraordinar, specific hotelului Neptun, pe care l-am tot adulmecat cu nesaţ în incursiunea mea de 60 de minute. Mi-am amintit de covoarele persane cu motive florale negre şi bej aşternute pe un fond de culoarea ambrei amestecată cu arama. Am văzut toaleta cu neon, oglinda era la locul ei. Mi-a venit în minte scaunul de toaletă cu tapiserie maro ce stătea mai mereu pe balcon. Pentru că tatii îi plăcea să stea pe balcon, să fumeze şi să-şi bea cafeaua – nessul bine frecat din pahar de cristal cu picior sau din sticlă ordinară cu ceva motive de flori imprimate cu email roşu şi verde. Paharul de cristal era de la restaurantul hotelului, cel din sticlă din dotarea camerei. Ştiu că în apartamentul 110 am aflat şi admirat noţiunea de ness frecat pe care îl ador ca miros şi textură şi detest ca gust. Mai ştiu şi că mai mereu îmi doream să iau locul tatii de pe taburetul din balcon. Nu reuşeam, trebuia să îl aştept să se ridice.

Aş fi vrut să revăd camera cum era înainte, canapeaua din lemn cu tapiserie maro, comoda pentru televizor, policioara din lemn pentru bagaje, radioul şaptezecist de pe o măsuţă înaltă cu nişă; calciul zgâriecios de pe pereţi; aşternuturile albe şi apretate cu emblema hotel Neptun ştampilată; cuvertura şi draperiile grele, căptuşite cu mătase, ambele din acelaşi material cu motive florale aşternute pe un fond de culoarea cafelei cu lapte; jaluzelele ce făceau un zgomot infernal atunci când erau urcate sau coborâte; baia cu mozaic maniacal dispus – bucăţele de un centimetru pătrat aşezate într-o liniaritate aproape perfectă; frigiderul, lampadarul.

Dar uşa glisantă dintre camere era la locul ei.

O, acea uşă minunată, grea, din lemn arămiu deschis, cu o scobitură pe post de mâner. Uşa aceasta glisantă mi-a apărut brusc în memorie acum patru zile. Aşa mi-am dat seama cât de mult îmi doream să o mai aud o dată intrând

în perete, să-i simt greutatea, pe fondul mirosului neptunian.

Iată-mă în hotel, la etajul şapte, în camera cea deschisă şi abandonată. Ţipenie de mobilă nu se mai află pe acolo, însă uşa e la locul ei! O glisez şi aproape juisez de bucurie, pentru că era prezent şi mirosul specific. Da, frumoasă experienţă.

Păcat că aşa-zis ul ethos capitalist a început din 1994 să degradeze unitatea conglomeratului turistic comunist hotel Neptun – restaurant – bar. Încet, încet au apărut reclame cu Wrigley's Spearmint, Coca-Cola, Rothmans. Apoi tot felul de *inscripţii ţipătoare şi prost realizate (se dezlipeau literele care oricum nu erau în cea mai fericită ordine), ce atestau prezenţa buticurilor cu marfă din Turcia. Oamenii au început să poarte tot mai multe sclipicenii care să le scoată în evidenţă bunăstarea materială. Dalele ce pavau drumul de la hotel către lac au fost înlocuite, au fost construite două foişoare, o fântână arteziană cu ramificaţii, o scară spiralată, toate făcute în grabă şi cu materiale proaste. Drept urmare, acum la 16 ani după realizarea lor încă arată la nelalocul lor în edificiul comunist, par mai decrepite ca stabilimentul anterior lor, deşi sunt mai tinere cu 25 de ani…*

Parcă scriind acum despre Neptun mă exorcizez şi încep să tânjesc mai puţin după acest paradis pierdut. Mai mult, îmi dau seama că oricum îi percepeam nemulţumită decăderea odată cu modificările aduse de anul 1994

— Arteziana, renovarea băilor, înlocuirea jaluzelelor din lemn cu unele din plastic alb. Cam tot în jurul anului 1994 am început să doresc să-mi expandez universul, să pot merge de una singură în aceeaşi zi în mai multe locuri. E posibil ca această dorinţă să fi apărut ca un răspuns la faptul că tanti Geta, mătuşa mea, mă lua cu ea peste tot – la Mangalia, la Olimp, la magazine, la restaurante, prin celelalte staţiuni. S-*a întâmplat acum acest lucru, de fapt am realizat că mi se întâmplă de ceva vreme. Am fost în staţiuni, la Mangalia, la Olimp, pe acoperişul hotelului, la restaurant. Am făcut tot ce îmi doream să fac pe când*

aveam 9 – 10 ani.

Frumos sentiment, să îţi dai seama că ceea ce îţi doreai într-un anumit moment al existenţei tale se îndeplineşte 16 ani mai târziu. Totodată îţi dai seama că e rost de nou în ce va să vină, că se lărgeşte universul, că treci într-o etapă mai amplă, poate mai liniştită, mai lipsită de tensiuni. Stările sunt generate şi menţinute graţie interiorului tău spiritual şi sufletesc şi nu datorită obiectelor ce te înconjoară, pe care le supra-semnifici.

Bineînţeles că semnificam pozitiv exteriorul şi mă raportam cu fericire la obiecte pentru că starea mea afectivă era fericită, datorită prezenţei întregului familion: mama, tata, bunica, unchi, mătuşi, veri, chiar şi prieteni de familie. Acum văd cum siguranţa interioară translează de la dependenţa de familie la independenţa asumării libertăţii individuale. Din această independenţă pot descinde perspectivele individualizării şi clădirii unui caleidoscop amplu, multi-faţetat şi totodată echilibrat al devenirii mele permanente. De asemenea, în drumul devenirii mele mă opresc (mă voi opri) să contemplu şi să mă bucur de ceea ce a fost realizat, trecând într-o nouă fază ce le include şi pe cele vechi.

Avusesem parte de o experienţă tulburătoare. Puternica imersie în atmosfera hotelului părăsit arăta o dorinţă de a rămâne în lumea copilăriei. Voiam să mă desprind de trecut dar în acelaşi timp voiam să-l aduc înapoi. Iar dacă se putea să-l fi reconfigurat exact ca înainte, cu atât mai bine.

Voiam să redobândesc senzaţia copilului ce avea stabilitatea oferită de suportul părinţilor, chit că ei nu făceau întocmai ca mine. Poate de aceea mă fascinau mai tare obiectele ca oamenii. Obiectele mi se supuneau. Oamenii mai greu…

Invidia că nu aveam şi eu ce aveau ceilalţi era un semn de inferioritate morală. Exploram, contemplam şi uneori mă dezgustam.

Aş fi vrut să fiu ca oamenii mari, să am libertatea lor

de mişcare.

Îmi transformasem dorinţa de explorare şi independenţă din copilărie într-o pulsiune de a mă realiza spiritual.

Mă amăgeam.

Bâţâiala mea între ce îmi doream la 10 ani şi ce făceam la momentul din 2010 (aveam 25 ani) denota că mă aflam în iluzie.

Aici i-am mulţumit entităţii, căci domnia sa mi-a subliniat că „deşi vezi că lucrurile sunt abandonate, tot faci ce voiai la 10 ani”.

Îmi doream nişte lucruri care nu puteau să-mi aducă aceeaşi satisfacţie, erau părăsite şi decrepite. Încercam să readuc la viaţă trecutul pe ruinele sale, o adevărată disperare a aşteptărilor nostalgice. Eram în reverie din lipsă de altceva. Spaţiul real în care-mi petrecusem copilăria era pustiit şi îmi mutasem trăirea lui în imaginaţie.

Voiam să scap de dependenţa mea nostalgică de obiecte, să devin. Ce?

Nu aveam o idee clară.

De aceea eram şi nostalgică, nu aveam un obiectiv concret către care să mă îndrept, ci doar nişte aşteptări de a mă transforma în bine.

Aceasta era şi motivaţia mea conştientă de a-mi chestiona lumea copilăriei, să găsesc acolo ceva care să-mi indice cum m-aş fi putut metamorfoza cu folos. Adică să îmi găsesc chemarea, vocaţia.

De aceea mi-am şi scos nişte întrebări la care voiam să răspund. Iată întrebările.

Când a început conştient viaţa mea spirituală?

Mi-e greu să înţeleg conceptul de viaţă spirituală. Într-un mod bizar îl asociez cu contradicţiile pe care le percep în acţiunile întreprinse de adulţi. Acele contradicţii nu trebuie evidenţiate ochiului adult, el trebuie cumva protejat, să nu ajungă să se simtă mincinos. Pentru că în acel moment, atunci când îi arăt că minte, autoritatea

adultului în faţa mea scade. De fapt, mai degrabă îi scade puterea, o „dă din colţ în colţ" cu o privire de animal hăituit ce încearcă rapid să încropească o nouă minciună care să acopere minciuna proaspăt descoperită.

Pe la 5 – 6 ani mi-am dat seama că adusul copiilor pe lume de către barză este o minciună sfruntată. Totuşi, am preferat să joc în continuare jocul bărzesc al mamei, s-o protejez, nu voiam să o văd dezgolită, vulnerabilă. Cred că atunci a început viaţa mea spirituală, când am încercat pentru prima oară să protejez.

Agentul zice că „viaţa spirituală implică dreptul la libertate interioară şi adevăr".

„Avea loc un joc al protecţiei prin minciună" „Încercam să-mi păstrez călduţ locul de copil protejat însuşindu-mi parţial un comportament adult".

Mie îmi pare că doar voiam real să nu-mi fac mama să sufere, să o văd pusă în dificultate.

Altruismul e parte a vieţii spirituale a unui om. Iar eu m-am simţit bine că îl am. Eram în mare frenezie cu dezgroparea binelui pe care îl aveam în copilărie.

Ce cărţi îmi plăceau când eram mică?

Aventurile lui Habarnam, pentru că erau foarte amuzante, eroii treceau printr-o serie de întâmplări interzise ale căror scopuri şi rezolvări îmi provocau râsul. Deşi nu îmi amintesc foarte bine întâmplările aproape că reuşesc să retrăiesc senzaţia de ilaritate generată de întorsura neaşteptată a structurii frazei şi a cursului evenimentelor. Apoi a mai fost „Recreaţia mare" a lui Mircea Sântimbreanu, o serie de mici nuvele ce ipostaziau viaţa şcolară (10 – 14 ani) în acelaşi algoritm ca Habarnam, răsturnări de situaţie, umor, umor absurd uneori. Unele dintre nuvele le-am citit de minim 10 ori. Au mai fost şi Fraţii Grimm cu un volum de poveşti. Îmi plăcea să mi se citească acele poveşti, după care am început să le citesc singură. Nu pot spune că există o singură poveste care să îmi placă cel mai mult. Fiecare are elemente care-mi plac (devenirea, drumul iniţiatic, evidenţierea faptului

că orice faţă are şi-un dos, că în orice bine există şi un rău şi viceversa, caracteristicile magice ce conferă putere şi omnipotenţă, rezolvarea conflictelor, finalul fericit) şi elemente care nu-mi plac (zugrăvirea patriarhală a imaginii feminine, devenirea feminină văzută ca procreere, subsumarea femininului masculinului, judecăţi de valoare prea aspre, pedepsirea aspră a anumitor abateri de la normă). Nu am o poveste preferată, însă pot genera acum una, pornind de la cele care îmi plac:

Într-o zi tăciunele, bobul de fasole şi paiul au de trecut un pârâiaş. Paiul se pune drept podeaţă de la un capăt la altul, prima trece boaba de fasole, apoi tăciunele. Evident că paiul se aprinde şi cad amândoi în apă. Amuzată de tragicul situaţiei şi trecerea peste o moarte iminentă (dacă trecea împreună cu tăciunele) boaba de fasole se pune pe un râs fantastic, până îi crapă burta. Prin apropiere s-a nimerit să fie o băbuţă, căreia i s-a făcut milă de boabă şi i-a cusut burtica. Revitalizată, boaba porneşte la drum, se transformă într-o fată frumoasă şi se întâlneşte cu duhul din sticlă, care pentru că l-a eliberat, voia să-i ia gâtul.

Îl convinge pe duh să intre înapoi în sticlă. Îi spune că ea nu crede că un duh atât de mare a încăput într-o sticlă atât de mică. Duhul se simte la ananghie şi începe să negocieze cu fata. Îi promite peticuţul fermecat dacă îl eliberează. Aşa fata primeşte petecuţul fermecat cu ajutorul căruia poate vindeca orice rană şi poate preface fierul şi oţelul în aur şi argint.

Se aşterne ea pe drum şi se tot aciuează ici colo până se întâlneşte cu un măgar, un câine şi un cocoş. Între timp fata se prefăcuse în pisică. Cei patru se înhăitează şi decid să se facă muzicanţi la Bremen. Într-o noapte au poposit într-un han părăsit, care s-a dovedit a fi ascunzătoarea unor tâlhari. I-au speriat zdravăn pe tâlhari. Au luat-o pe pisică drept vrăjitoare, pe câine drept omul cu cuţit, pe măgar drept namila neagră cu măciucă, iar pe cocoş drept judecător şi căpetenie. Dat fiind că unul dintre tâlhari fusese rănit de colţii câinelui pisica s-a hotărât să

folosească petecuţul fermecat şi i-a oblojit rana. Totuşi tâlharii au plecat şi muzicanţii şi-au însuşit hanul ca gospodărie personală. După ceva vreme pisica s-a cam plictisit, s-a dat de trei ori peste cap şi a pornit iar la drum, de data asta ca băiat.

Tot hoinărind s-a anturat cu cinci indivizi dubioşi. Unul era aşa de forţos încât putea să smulgă copacii din rădăcină. Altul era un vânător iscusit, era în stare să nimerească ochiul unei muşte aflate pe o creangă de stejar, la mare depărtare. Unul era gonaci, fugea aşa de repede încât putea depăşi orice iepuraş Duracell. Altul putea să sufle de la şapte poşte şi să urnească morile de vânt. Unul putea abate cel mai năprasnic ger peste lume. La un moment dat cei şase voinici ajunseră într-o cetate, unde fata împăratului era dară spre măritiş celui care va reuşi să treacă de câteva probe. Cei şase, prin abilităţile lor deosebite, au reuşit să treacă cu bine şi în schimbul de a nu lua vreunul mâna domniţei au plecat cu tot aurul din împărăţie.

Eroul nostru s-a transformat iar în faţă, şi-a întemeiat o împărăţie şi s-a gândit că ar fi momentul să-şi găsească un soţ. S-*a nimerit ca fix atunci, împăratul vecin să vrea să-şi însoare fiul, organizând o preselecţie.* S-*a dus ea acolo, numai că flăcăul era extreme de năzuros. Nicio fată nu era pe placul lui, cu atât mai mult şi eroina noastră, căreia i-a găsit un cusur, cu care a ironizat-o nespus, că are nasul ca un cioc de sturz. Tatăl băiatului, împăratul, înfuriat de fiţele progeniturii, a hotărât că indiferent de circumstanţe, îl va căsători cu prima fată care îi va cere mâna.*

Cioc de Sturz, că aşa îi rămăsese acum numele eroinei noastre, auzind acestea s-a dus să-i ceară mâna băiatului, însă deghizată în cerşetoare. Chiar dacă a fost total nemulţumit, flăcăul n-a avut încotro şi a trebuit să ducă traiul sărăcăcios pe care-l organizase Cioc de Sturz. Au fost câteva *luni de caznă şi lipsuri, timp în care au învăţat să deretice şi să producă bani vânzând blide. După care, Cioc de Sturz, care dusese o viaţă duplicitară, cea de cerşetoare şi cea de împărătească, i-a arătat flăcăului cine*

era ea. Au făcut nuntă mare.

Relaţia mergea bine, erau îndestulaţi, numai că Cioc de Sturz era iar pe culmile plictiselii. Aşa că s-a hotărât să intre *cu simbrie în oastea unui împărat, adică să se angajeze la o corporaţie. După ceva vreme, în care ea a luptat, câştigând nenumărate bătălii, adică contracte, împăratul, adică CEO-ul, s-a hotărât s-o slobozească din armată. Aşa ajunse iar să hoinărească fără o ţintă anume. Îşi aminti că nu ştie ce-i aia groaza. Se tot tânguia ea în stânga şi-n dreapta până când o slujnică a aruncat peste ea, în timp ce dormea, o găleată plină cu apă rece şi plevuşcă.* S-*a trezit în fiorii groazei.*

Simţindu-se revigorată de pe urma trăirii stării groazei s-a gândit că încă nu e momentul să se reîntoarcă la traiul împărătesc de Cioc de Sturz. Rămase o vreme în traiul de vagabondaj, până a poposit la o bătrână care a tocmit-o drept slujnică. I-a dat bătrâna munci grele, să sape grădina, să aducă lemne. Într-o zi baba o rugă să scoată un opaiţ din puţul vechi şi secat din spatele casei. Găsi opaiţul şi văzu că acesta avea o flacără albastră care nu se stingea nicicum. Când fu vorba s-o tragă afară din puţ, baba vru mai întâi să-i smulgă opaiţul din mână. Cioc de Sturz feri opaiţul. De ciudă baba o lăsă să cadă înapoi în puţ. În urma căderii se alese cu câteva contuzii. Noroc că avea cu ea petecuţul fermecat şi se făcu pe de îndată ca nouă. Tot scremându-şi mintea cum să iasă din puţ, se gândi să mai ia şi un răgaz. Aşa că îşi aprinse o ţigară de la flacăra albastră a opaiţului. De cum trase primul fum se şi înfăţişă în faţa ochilor ei un omuleţ negricios, un fel de stârpitură, care-i grăi:

Ce-mi porunceşti stăpână?

Îi dădu omuleţului câteva sarcini de neîndeplinit. Să prăbuşească sistemul monetar internaţional şi să facă banii să dispară, apoi să le facă ca înainte. Văzu omnipotenţa micii stârpituri şi-i spuse:

Ce ar fi să facem schimb de locuri, timp de o săptămână? *Tu vei fi împărăteasa Cioc de Sturz, iar eu*

omuleţul negricios care se arată celui ce aprinde ceva cu ajutorul flăcării albastre?

Desigur stăpână!

Şi-a dat seama că omnipotenţa omuleţului era prea mult pentru ea. Pe deasupra era şi mai tot timpul singură, până să aprindă cineva ceva de la flacăra albastră. Aşa că s-a hotărât să revină la condiţia ei de împărăteasă. Trăi fericită până la adânci bătrâneţi, extinzându-şi şi eficientizându-şi până în ultima clipă împărăţia.

Basmul pe care l-am născocit denotă o dorinţă de a deforma normele sociale în favoarea mea, de a încălca limitele unanim acceptate. Personajul principal are deja un statut, se poate transforma în ce vrea, numai că din plictiseală alege vagabondajul şi tocmeala pentru diverse slujbe dubioase.

Acea plictiseală ascundea lipsa unor repere ale vieţii care să fie scop şi măsură a propriului sine. Eroina era într-un drum iniţiatic în căutarea reperelor.

Personajele, obiectele şi acţiunile erau proiecţii ale propriului meu sine.

A ieşit la lumină capacitatea de a negocia situaţia. Astfel a fost dobândit petecuţul fermecat, care preface suferinţa în vindecare şi fierul în aur. Acel petecuţ simboliza reperele şi valorile mele. Şi anume utilitatea, pragmatismul (vindecă, transformă fierul în aur) şi altruismul (oblojirea rănii tâlharului).

Plus că eroina specula situaţiile şi scotea ce-i mai bun din ele, semn că are un fin spirit speculativ.

Erau nişte lucruri ce îmi păreau fantastice, chiar le simţeam ca fiind în sufletul meu. Simt un zvâc vânos în mine, am aflat cine sunt.

Entitatea terapeutică nu era de aceiaşi părere. Îmi spune că „baba care coase boaba are rolul de salvator, refuz să-mi asum responsabilitatea, prefer să mă salveze ceilalţi”.

Nu eram de acord dar i-am ţinut isonul, să văd ce spune în continuare. Aflu că „îmi asum un rol agresiv, am

nevoie de un travaliu al suferinţei de primenire întru stabilirea unor repere ale vieţii care să fie măsură şi scop al bucuriei”. E prea de tot ce zice.

Sunt hotărâtă, pragmatică şi altruistă.

Vio, tu în poveste îi dai un nume masculin, Cioc-de-sturz, unui personaj feminin.

Aşa, şi?

E o invitaţie la a integra rolul sexual cu acurateţe. De aceea şi ai acolo peticuţul fermecat care îţi transformă pornirile agresive, fierul şi oţelul care sunt reci şi blocante în argint. Aurul şi argintul sunt materialul bijuteriilor feminine, atribut feminin, încălzesc, îmbogăţesc. Peticuţul alchimizator este esenţa poveştii tale, te invită la a te vindeca de contradicţii.

Notez şi nu-i chestionez tâmpenia conformistă pe care o grăise. E greu cu rolurile de gen, nu oricine le poate observa interşanjabilitatea. Iar mă gândesc că trebuie să renunţ la terapie. Dar sunt curioasă ce părere are entitatea şi despre celelalte întrebări şi răspunsuri.

Evenimentele marca Muzeul Antipa – de ce acceptam să trec prin sala fetuşilor în grabă, deşi ştiam că acolo erau fetuşi?

Una din bucuriile copilăriei mele era excursia duminicală la muzeul de istorie naturală Grigore Antipa. Mă fascina natura împăiată şi mai cu seamă peştera artificială de la subsol. Părea foarte vie şi efervescentă – apa ce picura, stalactitele, stalagmitele, lumina distilată şi difuză, mirosul de beci, plastic, mucegai şi vechi. Îmi manifestam frenetic bucuria de a fi în peşteră. Nu acelaşi lucru îl făceam în sala fetuşilor, deşi şi acolo era rost de fascinaţie. Ştiam că mama nu vrea ca eu să fiu conştientă de venirea copiilor pe pământ, de misterul reproducerii umane, mereu mă grăbea când treceam prin acel loc. De câteva ori am încercat să o determin să-mi dea explicaţii pentru neglijarea sălii fetuşilor. Am dat naştere unor posturi şi reacţii aproape deznădăjduite ale mamei, era evident pusă în încurcătură, nesigură pe ea şi înverşunată

totodată. Aşa că preferam să-i fac jocul, doar să nu am de-a face cu latura ei de adult mic, fricos şi încastrat într-o morală ce neagă firescul vieţii. Nu ştiu de unde s-o fi format acest tabu al negării procreării în faţa copiilor.

La această întrebare nu a comentat. Probabil pentru că îi băgasem cu „firescul vieţii". Eu doar m-am bucurat că mi-am amintit de natura împăiată şi peşteră. Şi am fost mulţumită că din copilărie înţelegeam lucrurile cu destulă profunzime.

Cum mă jucam?

Îmi plăcea să mă joc observând şi cunoscând, scotoceam în dulapuri, în genţi, oriunde simţeam că-i rost de ceva materiale prohibite unui copil. Făceam diverse scenete doar pentru a vedea cum reacţionează maturii. Nu puteam face acelaşi lucru şi cu cei de vârsta mea. Inventam situaţii fictive în solitudine, utilizând o recuzită ce se compunea din puţine jucării şi mai multe obiecte casnice şi hainele mamei sau bunicii. Ţin minte că aveam vreo 4 – 5 ani, tocmai îmi scoseseră ţarcul-pătuţ din cameră şi în locul lui puseseră un scăunel de copil. Sau chiar eu îl pusesem, nu mai ţin minte exact, îmi apare doar imaginea scăunelului acoperit cu un pled/păturică, pungi cu haine/moştrofoanţe/jucării sub el, în stânga şi în dreapta lui. În dreptul scăunelului îmi stabilizasem sediul central, eram căpitan şi manipulator de tren – tot scoteam şi puneam pungile la loc, apoi îmi reluam locul „regesc" pe scăunel. Aceeaşi recuzită – scăunelul şi pungile – plus încă un scăunel a fost mutată cu ocazia curăţeniei în sufragerie. Acolo mă proclamasem drept conducător al edificiului de scăunele, pungi şi păturici. Aranjam şi împărţeam „ajutoarele". Îmi făcea o deosebită plăcere să dau la o parte păturica de pe scaun, adică doar să o ridic şi să scot şi să bag la loc punga de sub scaun. Era ca şi cum aveam un seif tainic, la care aveam acces doar eu şi de care puteam dispune după bunul plac.

Pe la şapte ani, văzând la verişoara mea păpuşi Barbie, am început să îmi doresc şi eu una. O invidiam pe verişoara mea pentru jucăriile şi dulciurile aduse de

mătuşa mea din străinătate. Jinduiam cu obidă şi la cariocile, penarele şi ghiozdanele ei colorate, occidentale. Într-o zi am reuşit să o conving pe mama să îmi cumpere o păpuşă Barbie de la magazinul Unic. Îmi amintesc bine senzaţia de „nu avem destul şi eu îmi fac acum un moft cu păpuşa asta şi oricum va fi singura, aşa că trebuie să am mare grijă de ea”. Drept urmare ţineam păpuşa mai mult în dulap. O mai scoteam când şi când pentru a o transpune în diverse situaţii şi contexte, îmbrăcând-o şi dezbrăcând-o (avea mai multe straie, care puteau fi combinate divers, fapt atestat şi pe cutia-ambalaj, pe care evident, o păstrasem cu sfinţenie). Furasem o pereche de pantofiori roz de la păpuşile verişoarei mele şi îi cerusem câteva hăinuţe de păpuşă, pe care mi le-a dat cu inima strânsă (doar un sfert din câte îi cerusem) şi luasem câteva din hainele altei păpuşi, nu o Barbie originală. Astfel îi diversificasem simţitor garderoba păpuşii mele, fapt de care eram foarte mulţumită.

O altă joacă preferată era cea cu focul, gătitul. Adunam seminţe de pom (mohninii parcă le denumisem pe cele ascuţite şi golinii pe cele lunguleţe şi grăscioare) şi le fierbeam în crăticioara în care bunica/mama îmi încălzeau mâncarea. Numai în acea crăticioară îmi era permis să le fierb, ca să nu stric oalele bune. Era un întreg ritual, ce friza mersul la piaţă – să le adun, să le împachetez în ziare. Dar şi slujba unui bucătar – să le spăl, să le aleg, să le tai, să le condimentez, să le pun la fiert, să le combin. Mă mai loveam de protestele vehemente ale familiei, că făceam mizerie şi fierturi de nemâncat.

*Pe la 9 – 10 ani am primit „piuitoarea”, un dispozitiv albastru, cât trei sferturi dintr-un pachet de ţigări, dotat un un buton roşu şi un şnur. Dacă butonul era apăsat sau şnurul tras din locuşorul său (şnurul era ataşat unui soi de cui) atunci se declanşa un zgomot asurzitor. Îmi plăcea să enervez lumea din jur, să atrag atenţia supra dispozitivului meu, pe care îl percep*eam *ca pe ceva „răsărit”, nu oricine avea un asemenea aparat. Mă plimbam cu piuitoarea în mână şi îmi imaginam diverse situaţii în care eu deţineam*

controlul. Fie făceam o razie şi duşmanii tremurau de frică în momentul în care apăsam pe buton, ceea ce şi făceam în realitate, declanşam zgomotul. Fie salvam situaţia prin sunetul de piuitoare, puneam pe goană răufăcătorii şi duhurile rele.

Agentul aproape că s-a întrecut pe sine prin comentariile pe care mi le-a făcut la această înşiruire. „Observarea şi scotoceala denotă o încălcare a limitelor intimităţii şi ordinii". Ohoo, da! A depăşi limita e ceva aproape de inima mea, însă nu prea îmi aduce lucruri bune, în fără de amuzament şi satisfacerea curiozităţii. „Jocurile mele preferate arătau o nevoie de independenţă şi asumare, copilul are nevoie de un loc al lui şi numai al lui, o formă exterioară de afirmare". Mi-a părut o interpretare bună, sănătoasă, căci eu îmi spuneam în mintea mea că nevoia de independenţă mi-o satisfăceam mai mult în fantezii decât în realitate.

Jocurile aveau loc în solitudine. Agentul nu a zis nimic de asta. Nici de furtul pantofilor şi invidia care îmi păreau pregnante dovezi ale inferiorităţii morale. Noroc că erau contrabalansate de o dorinţă de apartenenţă, cunoaştere şi curiozitate.

Raportarea la piuitoare arăta că mă credeam tartor şi salvator, exterminator şi mântuitor. Arhetipul eroului copil se manifesta din plin încă de când aveam nouă ani.

Entitatea mi-a subliniat că „depăşirea de limită este o plăcere pentru mine şi se necesită a fi tratată". Îmi părea un comentariu pertinent. Îşi spălase ruşinea cu înţărcarea.

Punând problema depăşirii de limită mi-a stârnit curiozitatea şi interesul. Chiar voiam să-mi ajustez pulsiunea de a depăşi în mod constant limitele unanim acceptate.

Ce era pentru mine un tovarăş de joacă?

Tovarăşul de joacă era personajul imaginar sau obiectul investit cu semnificaţii aparte (piuitoarea). Existau şi copii reali, la care din păcate nu prea aveam acces. În afara grădiniţei nu prea socializam cu alţi copii. Pentru că

bunica şi mama nu mă lăsau să mă joc cu unii copii, pe motivul că „nu sunt de nasul meu”. Aşa că le făceam în ciudă, refuzam să-i bag în seamă pe copii recomandaţi de ele. Atunci când se întâmpla să am parte de tovarăşi de joacă umani, eram cumva dezamăgită că nu voiau să se însereze în jocurile mele, iar jocurile lor mă speriau, pentru că nu prea le înţelegeam algoritmul. Cert e că *simţeam o bucurie imensă când se întâmpla să am drept tovarăşi de joacă alţi copii. Eram chiar dispusă să-mi calc peste dorinţele şi reprezentările mele pentru a fi acceptată. Încercam să fiu precaută în a-mi manifesta indig*narea *şi le toleram dorinţele, care uneori mi se păreau inepte. Poate pentru că îmi era frică să alerg, să sar, să mă urc în copaci, să mă bat. Nu ştiu dacă persoanele mature cu care mă jucam puteau fi denumite drept tovarăşi de joacă din moment ce îi plasam în sfera cobailor, eram deasupra lor, le puteam genera reacţii şi primi ceea ce voiam. Sau doar îi testam.*

Mai să-i iasă entităţii ochii din orbite când i-am citit-o pe asta. A oftat, şi-a dres vocea şi mi-a grăit pe un ton cald.

atunci?

— Neexperimentarea jocului cu ceilalţi te făcea să treci printr-o sumedenie de stări afective. Ce simţeai tu

— Nu ştiu…

Uite, afli acum că *un tovarăş de joacă este egalul tău.*

La ce bun?

Poţi trece dincolo de manipulare.

Eu doar voiam să-mi fac manipularea mai bună ca să ajung la o sinergie mai bună şi mă mâhnea că nu fusesem şi eu un copil normal, mă cam blocasem în lumea imaginarului.

Voiam să scap de frică şi mă bucuram în sinea mea că măcar scăpasem de frica de efort fizic, de a alerga şi a mă căţăra. Graţie kineteoterapiei pe care o făceam zi de zi.

Şi îmi mai şi învinsesem frica de socializare. De ani buni aveam prieteni apropiaţi, pe care chiar îi vedeam ca egalii mei.

Care era jocul meu preferat?

Jocul preferat era cu obiectele, să le investesc cu semnificaţii, să interacţionez cu ele, să le plasez într-o butaforie, în care decorul pentru obiecte erau oamenii. Şi să mă bâţâi uitându-mă în oglindă şi imaginându-mi diverse situaţii în care mă poziţionam ca erou şi şef. Mai era şi elaboratul joc cu magazinul Symbex şi copiii de la Muşeteşti.

Jocurile preferate arătau dorinţa de a fi erou şi şef. Şi pulsiunea de a controla din dorinţa de a obţine situaţii şi senzaţii intense. Un erou trăieşte intens.

Agentul mi-a comentat ceva de „dorinţa anormal de mare de a controla”.

De ce inventam nume fictive pe la 7 – 8 ani?

Inventam nume fictive într-o lume fictivă, în care acele nume aparţineau personajelor pe care eu le controlam şi gestionam. Logica construcţiei descindea din varii situaţii pe care le vedeam la televizor, le auzeam povestite de adulţi, sau pur şi simplu le vedeam în interacţiunea dintre adulţi.

Făceam dovada unei capacităţi analitice însă o exprimam cu precădere în dialogul din mintea mea. Din groaza că în realitate nu aş fi putut face la fel.

Agentul nu a comentat.

De ce vorbeam de una singură în limba pe care nici eu nu o înţelegeam (tot pe la 7 – 8 ani)?

Pe lângă faptul că îmi imaginam diverse situaţii şi oameni fictivi, mai aveam şi accese de dicteuri într-o limbă pe care nici măcar eu nu o înţelegeam. Pur şi simplu, când eram singură, dădeam frâu liber vocii care se exprima într-o limbă necunoscută. Aveam sentimentul că în acea limbă explic ceva, rezolv o situaţie, ţin un discurs, motiv pentru care sunt admirată, aplaudată şi înţeleasă de nişte personaje fictive.

Mie îmi părea că dicteurile acelea era nişte manifestări schizoide. Agentul a găsit că „manifestam o nevoie de putere, de a controla”.

Minunat, nu sunt ograda schizofreniei.

Prea mult control duce la orgoliu. Orgoliul ciunteşte sufletul.

Eu mă bucuram că nu eram schizoidă. Şi ştiam că a controla e un lucru bun. Dacă nu te controlezi de la rele mai ai tu un suflet bun? Am trecut senină la următoarea întrebare.

Care erau căutările mele de mistere?

Îmi plăcea să „cotrobăi" în genţi, sertare şi dulapuri pentru a-i dezgoli pe oameni de secrete (mi se părea că sigur ascund ei ceva pe acolo de nu-mi dau voie să văd ce e în geantă/sertar/dulap) şi pentru a-mi încânta retina descoperind mici obiecte strălucitoare şi colorate. La un moment dat, la grădiniţă, pe când eram scoşi în parc, m-am aciuat pe lângă ghenă, unde am căutat îndelung, umplându-mi buzunarele cu ceva „comori", zdrăngănele stricate (lănţişoare, pietre, panglici, cioburi, metale, cuie). Am fost aspru mustrată. Nu mai ţin minte exact dacă mustrarea mi-a fost aplicată de mama sau de Priscilla, Prisci – educatoarea. Acum, scriind, mi-a revenit clar în minte situaţia. Prisci mă certa, nu-i venea să creadă că strânsesem aşa gunoaie şi îmi explica că nu este posibil să am un asemenea comportament, că mă fac de râs şi totodată îi fac şi pe ceilalţi. Dar am impresia că fac o confuzie între căutarea de mistere şi căutarea de comori. Misterul erau fetuşii de la Antipa, îmi plăcea nespus să trag cu ochiul, în timp ce mama îmi grăbea pasul. Mistere erau în beciurile şi podurile ce parcă aşteptau să fie scotocite şi cotrobăite. Un mister era şi în atlasul de zoologie ce-mi prezenta evoluţia speciilor de plante şi animale de-a lungul erelor geologice (Mezozoic, Neozoic, Cretacic, Jurasic, Terţiar). Mă fascina evoluţia continentelor, cum s-au despărţit, stabilizat, cum a influenţat despărţirea lor formele de viaţă, care apoi s-au diversificat. Fascinaţia şi teama maximă au fost fenomenele parapsihologice, a căror explorare s-a aşezat ca o mănuşă peste teama mea de întuneric, dându-mi noi anxietăţi. Acum când scriu, simt un nod în gât, gândindu-

mă la curiozitatea de a afla despre *inedie sau combustie spontană ce era dublată de o frică nocturnă de a nu apărea vreun spirit care să mă sperie şi tulbure*.

Agentul mi-a zis că eram „intruzivă în intimitatea celorlalţi, treceam dincolo de limitele unei conduite adecvate pentru a-mi satisface curiozitatea şi afirma prezenţa”.

Eu eram convinsă că aveam o curiozitate nativă şi mă fascinau evoluţia şi diversificarea. Îmi părea rău că nu insistasem mai mult în aprofundarea cunoaşterii bune şi mă încrâncenasem să chestionez în amănunt nişte fenomene care îmi sporeau şi mai mult teama.

Cum am realizat eu că familia mea nu e aşa de răsărită pe cât o vedeam?

*Am impresia că dintotdeauna am oscilat între a-mi reprezenta un ideal al situaţiei materiale a familiei mele şi situaţia concretă, reală. Când realitatea nu-mi convenea luam doar acele părţi care se potriveau cu idealul meu. Am ştiut mereu că sunt oameni mai înstăriţi şi oameni mai săraci ca noi. Pe mama o asociam cu sărăcia, mereu spunea că nu are şi să fiu econoamă. Aceasta în condiţiile în care găseam sume de bani ieşiţi din uz în dulapuri – îi punea bine la păstrare, după care uita de ei. Pe tata îl asociam cu bunăstarea pentru că avea foarte mare grijă de imaginea lui. Pe mama o dor*eam *mai elegantă, cu mai multe bijuterii. Nu prea mi-am pus problema dacă familia mea este înstărită sau nu până în momentul în care am constatat că există oameni mai înstăriţi ca noi, mai bine îmbrăcaţi, cu case mai elegante, cu plecări în străinătate. Cred că prima care m-a făcut să constat o anumită inferioritate a fost Tanti Carmen, sora tatălui meu. Aveam 4 – 5 ani şi ea era mai mereu plecată în străinătate, drept urmare avea lucruri pe care eu nici măcar nu le visasem până să le văd la ea. Cam în acelaşi registru al lucrurilor deosebite îi plasam şi pe turiştii străini de la mare. Apoi mai erau diverşii proaspăt îmbogăţiţi ai perioadei post-decembriste care ţineau să arate că au finanţe. Morga lor m-a determinat să mă frustrez un pic, dându-mi seama că*

eu şi neamul meu nu avem atâtea lucruri pe câte au ei, fapt ce m-a determinat să fiu mult mai atentă la hainele cu care mă îmbrac, cât şi la accesorii.

Îmi amintesc că pe când aveam nouă ani se deschisese la hotel Neptun un magazin cu ochelari Ray-Ban şi ceasuri Swatch. Îmi plăcea la nebunie să amuşin locul, să stau de vorbă cu vânzătoarea, să îmi arate ochelarii şi ceasurile, să văd cine şi ce cumpără. Cam pe la opt ani începusem să strâng bani, mărunţişul găsit prin casă şi banii daţi de unele rude. Aşa că într-un an strânsesem şi eu ceva bani. Nu-mi ajungeau totuşi să-mi iau un ceas. Am mai cerut ceva mărunţiş de la toate rudele aflate la mare, până am ajuns la suma necesară pentru achiziţionarea mult doritului ceas. Mi se părea că făcusem o mare investiţie, eram tare mândră, mi se părea că prin ceasul Acela toată familia mea părea mai înstărită.

Agentul doar a ascultat fără să zică nimic.

Eu eram de părere că dovada apariţiei inferiorităţii morale a fost instalarea fascinaţiei dublate de invidie pentru cei mai înstăriţi ca mine. Bine că aveam un spirit econom şi o anumită preocupare pentru soarta celor apropiaţi, deci nu eram chiar fără de moralitate. Aveam doar nişte tente.

Cum au determinat sfaturile bune ale mamei („spune bună-seara”, „cum spui? La revedere?”) reacţii paradoxale? (nu salutam, stăteam deşucheat pentru a compensa sentimentul de inferioritate)

Mama mea a fost dintotdeauna hiper-protectivă. Povestea cu multă bucurie cât de disperată era ea în faţa microbilor ce puteau să-i infesteze proaspătul venit pe lume, adică eu, cum înfăşura mânerele uşilor în tifon muiat în cloramină. Pe lângă eternele expresii – „ţi-e rău?”, „ai răcit?”, „ai grijă să nu-ţi fie frig!”, „ai grijă să nu te loveşti!” – pe care mi le adresa cu precădere când ne aflam într-un spaţiu public (în vizită, la restaurant, pe stradă etc), mai apăreau şi alte poveţe incomode pentru mine – „stai dreaptă!”, „mănâncă frumos!”, „cum spui?

Mulţumesc! *Bună ziua*! *La revedere*”. *Aceste poveţe îmi generau o furie dual*ă, *îndreptată către mine şi către ceilalţi*. *Făceam exact inversul cerinţei mamei*. *Pe de-o parte o sancţionam pe mama în public, nesupunându-mă comenzii*. *Pe de altă parte mă simţeam incapabilă să mă conformez întocmai comenzii ei, adică să mănânc frumos, să stau dreaptă, să îi salut natural şi firesc pe ceilalţi*. *Dacă tot mă plasa în tagma handicapaţilor, măcar să mă deplasez de una singură în tagma handicapaţilor rebeli care nu fac ce li se spune*.

Mă amăra teribil că nu mă puteam manifesta în voie de prea multe interdicţii şi prescripţii. Mă revoltam dar şi realizam că mare parte din ele puneau bazele unei bune conduite.

Agentul mi-a zis că „*aveam o reacţie firească la suprasolicitările mamei, interdicţiile repetate pot contura o interdicţie la nivel inconştient, sunt de nimic, nu mă iubeşte*”.

Eram de acord cu interdicţia la nivel inconştient, mă simţeam de nimic, adică neajutorată şi inutilă. De aceea mă şi înfuriam, revoltam şi însuşisem un spirit de frondă. Numai că nu simţeam că acele interdicţii erau dovada unei lipse de iubire. Ba din contră, mă gândeam că eram o bijuterie prea iubită care trebuia păstrată intactă. De aceea şi făceam pe dos, ca să arăt că eram o piatră sau un sălbatic şi să nu mi se mai aplice atâtea dovezi de preţuire şi iubire, care îmi omorau libertatea.

Ţin minte că de câteva ori îi spusesem mamei că îşi bate joc de mine cu toate grijile ei. Iar ea mi-a zis că mă iubeşte şi de aceea o preocupa conduita mea. La fel şi bunica şi tata.

Cum mă rugam la Dumnezeu pe la 9 – 11 ani?

Pe la 9 – 10 ani am început să mă rog lui Dumnezeu, recitând „Crezul” sau „Tatăl Nostru” sau citind rugăciuni dintr-o carte. *Flacăra ce a aprins văpaia credinţei era faptul că bunica tot vorbea de Dumnezeu, îmi spunea să mă rog, să merg la biserică, un lucru relativ curios, dat*

*fiind că dânsa nu prea se ruga şi nici nu mergea la Biserică. Aveam o pseudo-credinţă, mă rugam pentru că trebuia şi aşteptam ca rugăciunea să rezolve ceva. Citeam şi recit*eam *oarecum în silă pentru că voiam să obţin un rezultat imediat, să iau notă mare la o lucrare sau să mi se cumpere ce voiam. Credeam că e bine să mă rog, că trebuie să mă rog, însă nu îmi făcea absolut de loc plăcere. Poate şi auspiciile în care am învăţat Crezul au avut un cuvânt de spus. În clasa a treia făc*eam *religie la şcoală. Aveam un profesor tânăr şi sever. M-a bătut cu rigla la palmă de mai multe ori, până când de frică am învăţat Crezul. M-am văicărit enorm acasă, că omul e nedrept şi eu nu vreau să învăţ. Mama şi tata m-au tratat cu indiferenţă. Bunica însă s-a oferit să mă ajute să învăţ, spunându-mi că e bine să ştii rugăciuni, să te rogi, că aşa Dumnezeu te ajută. Cred că acesta a şi fost factorul ce i-a declanşat discursul religios. Cert e că nu am zăbovit prea mult asupra rugăciunilor odată ce am constatat în repetate rânduri că recitarea lor nu-mi alterează defel realitatea. Până la urmă credinţa e o stare interioară, nu dogmatism.*

Agentul era de părere că „încălcam dinamica stării interioare a credinţei”. Eu doar descoperisem că rugăciunea e un dogmatism anost fără de efect. Îmi reprezentam rugăciunea ca act repetitiv menit să aibă un efect imediat. Voiam să aibă un efect magic, nu-mi puneam problema sensului cuvintelor ei. Mai degrabă cred în magie, e mai prietenoasă cu firea mea instinctivă.

Când am constatat micimea existenţei mele, în raport cu măreţia lumii, ce s-a întâmplat?

Pe la 8 – 9 ani am început să am nişte vise ciudate, un soi de coşmaruri. Se făcea că zbor într-un spaţiu deschis, amplu şi brusc mă prăbuşesc. În prăbuşire simţeam cum mă micşorez. Mă trezeam şi realizam că nici nu mă prăbuşesc şi nici nu sunt mică. Mai târziu, pe la 13 – 14 – 15 ani când mă aflam într-o stare de relaxare şi închideam ochii, mi se părea că lucrurile din jurul meu sunt fie mult mai mari, fie mult mai mici. Micime în viaţa reală am simţit prima oară în clasa a 12 a, când am început

să citesc filosofie. Realizam că de fapt nu ştiu nimic, că măreţia cunoaşterii e de necuprins. Acelaşi sentiment încep să-l am din ce în ce mai des în ultima vreme.

Doar constatasem micimea mea în raport cu lumea. Eram curioasă să descopăr şi experimentez realităţi mai înalte şi mai diverse.

Chestionarea micimii mele în raport cu lumea probabil a răscolit inconştienta mea omnipotenţă de erou copil ce voia cu tot dinadinsul să rămână ca înainte. Imediat după ce am scris răspunsul la întrebare am avut un acces nostalgic de reverie.

15.09.2010

Dacă aş mai fi fost elevă azi era prima zi de şcoală. Lumina ce înconjura strada, maşinile, magazinele, pomii, oamenii m-au făcut să retrăiesc puţin din bucuriile primelor zile de şcoală. Ce frumos era că nu aveai grija lecţiilor, a ascultării! Te bucurai de feţele colegilor şi profesorilor pe care nu-i mai văzuseşi de trei luni.

Pe la ora 19 m-a luat o toropeală plăcută şi teribilă. Prin urmare mi-am încropit pernele şi plapuma astfel încât să prind un pui de aţipeală. Pe fundal se auzea din pereţii de beton, insuficient izolaţi ai blocului comunist, o piesă optzecistă, lentă (un blues probabil), din instalaţia audio a vecinilor. Ritmul mi-a readus pe ochiul minţii între somn şi veghe imaginea dalelor terasei restaurantului hotelului Neptun. Mai întâi am văzut dalele, exact cum le văzusem acum 12 zile în timpul caleidoscopicei incursiuni în arealul hotelului părăsit. Apoi am văzut câteva mese de fier vopsite în alb, cum erau cele din restaurantul Marea Neagră, unde până am avut eu şase ani, unchiul meu, Nelu, era bucătar şef. Preţ de câteva secunde m-am plimbat printre mesele şi scaunele de fier ce îmi evocau amintiri nespecifice locului, ci specifice restaurantului Marea Neagră. Brusc lucrurile au revenit la normalul nouăzecist, scaune maro din lemn tapisate, feţe de masă apretate, pahare din cristal, frapiere cu gheaţă ce găzduiau sticle de apă minerală şi vin. Mă flendream

între două mese. La o masă erau părinţii mei cu nişte prieteni, la o altă masă erau mătuşa şi unchiul, cu alţi prieteni. Îmi plăcea teribil să alternez locurile şi oamenii în cadrul aceleiaşi atmosfere, restaurantul. Ocazional ieşeam şi de acolo, mă plimbam, dădeam o raită prin grădină şi prin hotel.

Îmi dau seama că exact acelaşi gen de alternanţă îmi produce plăcere şi azi – să pendulez într-un club sau alt local între mai multe grupuri, să plec singură la plimbare şi apoi să mă întorc în sânul familiarului oferit de conversaţiile uneori plictisitoare ale amicilor mei. Mă bucur că pot recupera din memoria afectivă stări de mult uitate. Constat că de ceva vreme (probabil de când nu mă mai bâţâi) ele există în cotidianul meu, dându-mi aceleaşi senzaţii ca în copilărie.

Şi acum să revin la răspunsurile ce le-am născut pe baza autobiografiei lui Jung.

Scrierea găzduia expresia cheie a etapei mele de nostalgie şi reverie, *„dându-mi aceleaşi senzaţii ca în copilărie”*. Dovedea o inconştientă pulsiune de a rămâne pentru eternitate în lumea copilăriei. Deschisesem dulapul amintirilor din copilărie dintr-o dorinţă conştientă de a mă cunoaşte şi rafina întru a-mi găsi vocaţia. Sfârşisem prin a-mi dori cu ardoare ca lucrurile să rămână ca înainte.

Îmi dădeam seama, iar agentul era mut ca o lebădă.

Ce era pentru mine lumea enigmaticului la 8 – 12 ani?

Lumea enigmaticului era formată din neînţelegerea anumitor standarde şi norme sociale şi din spaima faţă de fantome, fenomene parapsihologice. Normativitatea socială mi-a ridicat dintotdeauna probleme. Nu înţeleg de ce oamenii se supun de bunăvoie unei grile cu care nu sunt de acord, nu le produce plăcere. Ba, mai mult, o şi perpetuează, chiar dacă îi rutinizează, le diminuează din caracteristicile individuale. Pentru că nu înţeleg, nu am o lege sau mai multe care să-mi decripteze enigma, apare teama. Exact cum îmi era teamă de conversaţiile de

complezenţă, tot aşa îmi era teamă şi de zgomote ciudate, de întuneric, de locuri părăsite, de fenomene inexplicabile. Curios e că despre supranatural eram avidă să cunosc cât mai multe. Pe când normativitatea socială, deşi reprezenta o enigmă, o plasam mereu în desuetudine.

Agentul îmi zice „să nu mă mai revolt pe bunul simţ şi buna măsură”.

Pe mine mă nedumereau complezenţa şi politeţea. Pentru că eram un spirit impetuos şi îmi era frică că nu voi reuşi să mă stăpânesc. Plus că mi se părea neplăcut să nu mă pot exprima până la capăt. Deşi o făceam frecvent. Dar odată ce intrasem în adolescenţă îmi propusesem să fiu socială, aşa că am început să observ manierele oamenilor cu şi mai multă luare aminte, în ideea de a mă integra. Le puneam în aplicare doar atunci când mi se părea imperios necesar. În mare parte a timpului luam manierele în derâdere. De aceea eram considerată anti-socială. Mă amuza, mi se oferise un statut aparte care compensa şi frica că nu aş fi fost suficient de bună în a-mi dovedi educaţia şi manierele.

Cum resemnific întâmplările trecute pe care le văd ca fiind catastrofice, în sensul de daruri ale sorţii din care am avut şi am în continuare ce învăţa?

În loc să îmi deleg responsabilitatea propriei existenţe altora, învinuindu-i pentru inadaptările, întârzierile şi negativizările mele, mai bine mi le asum. Nu e nimeni vinovat pentru că tu crezi că ceea ce ţi se întâmplă la un moment dat este catastrofic. Poate că atunci, la momentul x când s-a întâmplat situaţia, vezi totul negativ. Cu timpul poate că se va releva reversul medaliei, că ai avut de învăţat din încercarea grea prin care ai trecut, mai treci şi prin iad ca să ajungi în rai.

Imitam discursul persoanei de la terapie, că îmi delegam responsabilitatea existenţei altora şi negativizam, deşi eu eram cea care decisese să facă terapie şi nu altcineva. Şi nici nu mă aşteptam să fiu salvată de acea persoană de la terapie. Ba, din contră, îi făceam în ciudă

cu mare poftă. Bonus, îi testam permanent capacitatea de analiză şi argumentaţie. Eram curioasă dacă mi se va spune că îi reproduceam discursul, fără să-l fi trecut prin filtrul propriu. Nu s-a întâmplat. Mi-am spus că exagerez şi „mă încântă extremele generate de depăşirea măsurii".

Aşa era şi nu aveam de gând să schimb acest lucru. Doar voiam să mă fac mai adaptată cu ajutorul agentului. M-am gândit serios la ce îmi propusese cu „lucrarea depăşirii de limită".

Top 10 întâmplări catastrofice?

Mai întâi le voi trece în ordine alfabetică, pentru ca apoi să pot face un top; acum abia dacă-mi amintesc 1 – 2 întâmplări.

*creşterea sânilor, menstruaţia, pubertatea – faptul că fizic deven*eam *om mare, femeie observarea sânilor de către mama şi mătuşi, a fost un sentiment cumplit când încercau toate să se uite la mine ca un animal de la zoo moartea Aniţei, prima mea pisică moartea bunicii plecarea nemţilor din Sânpetru în Germania, mi-au lipsit teribil vacanţele petrecute la ei dispariţia hotelului Neptun + a luxului comunist strâmbarea spatelui, constatarea scoliozei dispariţia Rozei, faţa mea preferată de pernă pe care o miroseam cu nesa*ţ, *moartea tatii moartea surorii tatălui.*

E curios că: am vrut să trec catastrofele în ordinea importanţei, însă nu mi-a ieşit; c-h sunt catastrofe care pe lângă sentimentul de tristeţe îmi provoacă şi un sentiment de nostalgie; sunt „la crème de la crème", cireaşa de pe tort, am simţit ceva ciudat când le-am trecut pe hârtie. Cei din urmă vor fi cei dintâi, îmi vine în minte.

Am primit un feed-back care m-a făcut să uit de a mea dezamăgire în a nu-mi fi sesizată imitarea.

Mi s-a spus că îmi *„reprezentam drept catastrofice nişte întâmplări ce ar fi fost adecvat a fi denumite dureroase şi triste". „Catastrofa este un eveniment tragic de mari proporţii, un dezastru, o nenorocire, o calamitate".* Eram *„încă în faza copilului egocentric care credea că e centrul universului şi îmi cream o reprezentare pe*

măsură”.

Era ceva mintos!

Deci nu aveam catastrofă, ci doar exageram.

Mi-am interpretat de una singură aşa-zisele catastrofe. Mai puţin moartea tatălui unde evident că mi s-a spus că am doliu netrăit.

Primele întâmplări „catastrofice” au fost cele legate de apariţia feminităţii pe care o asociam cu ceva de nedorit, un lucru ce mi-ar fi ştirbit libertatea. Pentru că aveam impresia că odată ce devii femeie trebuie să te conformezi, să „stai smirnă” şi să-ţi pierzi timpul pentru „a te face atrăgătoare, ceea ce oricum e pentru ceilalţi”. Nu doream să fiu un obiect al analizei sau al dorinţei şi nu ştiam cum să-mi poziţionez proaspăt dobânditele caracteristici fizice în a face lucrurile mai bine. Dar am învăţat repede că dacă mă aranjez şi mă fac frumoasă primesc mai multă atenţie şi încredere. Totodată mi se iartă mai uşor incapacitatea de a sta locului şi de a fi gentilă. Deoarece arătam bine.

Mă aşteptam ca agentul să îmi spună iar ceva de „integrarea rolului sexual cu acurateţe”. Nu a făcut-o. Mi-am spus că doar avusese o toană proastă când comentase basmul pe care îl născocisem.

Catastrofa strâmbării spatelui era de fapt durerea conştientizării fricii mele de a face lucrurile respectabile social. Era calamitatea neîncrederii în sine pentru că mă revoltasem pe lume şi nu făcusem ceea ce era potrivit. Mereu depăşeam limite. Ori făceam mai mult, ori mai puţin faţă de ceea ce se cuvenea. De la intruziunea în spaţiul personal al celorlalţi şi revoltă la lipsa de atenţie şi neînsuşirea normelor sociale.

Speram să-mi transform retardarea folosirii atenţiei şi normelor în virtute, să ajung din cea din urmă cea dintâi.

I-am spus la entitate că vreau să îmi lucrez depăşirile de limită. După care am citit ultima întrebare.

De ce nu îmi plăcea gimnastica/sportul?

Nu-mi plăcea să fac sport pentru că la prima oră de

educaţie fizică, prin clasa a doua, am realizat că sunt o tofoloagă, nu am sprinteneala şi forţa colegilor mei, antrenaţi suficient graţie după-amiezilor petrecute hârjonindu-se şi căţărându-se în spatele blocului. Mai mult, în sală mirosea urât şi era un praf îngrozitor, iar saltelele erau absolut mizerabile. Aşa că am convins-o pe mama să-mi facă mereu scutiri medicale. Ea accepta cu toate că tata nu era absolut deloc de acord. Mama îşi amintea că la rândul ei detesta educaţia fizică.

Agentul prinde viaţă, îşi potriveşte anatomia mai bine în canapea şi glăsuieşte

— În logica unui „mai puţin decât pot" mi-am făcut-o aliat pe mama. A intrat în jocul meu. În solicitarea mea eram o oglindă a propriilor ei frici – să nu cadă, să se lovească, accidenteze. Astfel mi-am întărit şi subliniat percepţia că nu am abilităţi şi deprinderi corporale.

Opaa! Taman ce îmi dăduse o mega încredere că îmi depăşisem o limită.

Începusem să merg de câteva luni la kinetoterapie. Unde mi se dădeau şi exerciţii similare cu cele pe care le observasem la orele de sport din şcoală. Ba chiar unele erau mai grele. Şi ce să vezi? Reuşeam să le fac. Deşi uneori aveam impresia că voi leşina la cât de greu respiram. Dar trăgeam aer în piept şi îmi spuneam că oricum nu leşinasem niciodată. Plus că dacă s-ar fi întâmplat eram într-un mediu medical, mi s-ar fi acordat primul ajutor aşa cum trebuie.

Nu îmi mai era frică de sport. Începusem să alerg după autobuze (înainte îmi era frică să o fac) şi le prindeam mai de fiecare dată. Rezistam mai bine la efort şi mă mişcam mai repede în toate.

Experienţa neptuniană şi întrebările îmi pricinuiseră multă nelinişte, încrâncenare şi suferinţă morală. M-a durut să-mi reiau temerile, aşteptările nepotrivite, nostalgiile şi fricile.

În acelaşi timp mi-a şi plăcut enorm să retrăiesc lumea copilăriei, m-a bucurat să descopăr temeiurile mele.

Curiozitatea, spiritul de observaţie, dorinţa de explorare şi independenţă, pragmatismul şi altruismul puteau fi piloni ai unei posibile vocaţii.

Încă o dată văzusem că îl aveam pe infans în suflet. Agentul făcuse comentariu pertinent cu depăşirea limitelor. Trebuia să-mi stăpânesc cumva pofta de a o face. Aşa că m-am decis să-i îmbrăţişez discursul entităţii şi a ieşit o harababură pe cinste din joaca mea cu „lucrul depăşirii de limită”.

Capitolul IX. Depăşirea de limită.

Epifanie şi golire de intestin.

„Est modus in rebus” – este o măsură în fiecare lucru; nu e bine să depăşeşti măsura fiecărui lucru.

Eu nu făceam doar dovada depăşirii măsurii în varii aspecte (scotoceală, lumea fanteziei, dorinţa de a controla) dar îmi şi plăcea la nebunie să o fac. Mă jucam depăşind limitele din jurul meu. Îmi plăcea să merg până în pânzele albe în a explora limitele răbdării celor din jur.

Mă jucam şi la terapie. Răstălmăceam cuvintele, nu exprimam exact ce voiam şi gândeam. Îmi luam notiţe în timpul şedinţelor de parcă aş fi fost terapeutul şi nu clientul. Depăşisem limitele dinamicii normale ale unei terapii.

Încercasem să mă luminez prin basm jungian. Mă aşteptam să dobândesc ca prin minune curajul de a-mi scrie dizertaţia şi statutul respectabil de matur.

Însă cu dispreţuiam ce face eul matur. Mi se părea searbăd şi conformist. Amorf şi trist.

Mă gândeam că aş putea proceda eu într-un fel, încât să şi fac ce vreau şi să fiu şi respectată.

Degeaba îmi spunea entitatea că *„dacă pun măsură sunt în acord cu mine şi cu celălalt”* şi „e necesar să-mi las emoţiile să se manifeste necondiţionat”.

Terapia prin iubire necondiţionată nu funcţiona în cazul meu. Ba chiar îmi creştea pofta de a mă juca şi mai şi cu nişte concepte în care nu mă regăseam. Era irezistibil să subminez autoritatea terapeutică prin imitarea discursului iubăreţ ce mi se înainta şedinţă de şedinţă.

Dorinţa mea de a-mi lucra depăşirile de limită la terapie a determinat o serie de depăşiri de limită răsunătoare şi răscolitoare.

În van se insista că „tensiunea, reproşorul, blamul, care pe care nu îmi aduc nimic bun” şi că „e necesar să îmi asum plenar demersul de construcţie”.

Nu vedeam cum m-ar ajuta aceste sfaturi în a-mi

stăpâni depăşirile de limită.

Aşa că i-am făcut o scriere-tămbălău în care îi dovedeam că mă băgase într-un haos enorm.

18.09.2010

Este inadmisibil cum se fofilează şi propagă tensiunea mea bazală, frica de devenire, tendinţa de a minimiza şi negativiza. Azi m-am trezit pe la 11, deşi aş mai fi dormit. Parcă aveam aşa o tentativă de durerică în căpşor, însă am pus-o pe seama mahmurelii post-REM. Am conversat un pic cu mama, am râs, am glumit, am mâncat. În baie, după ce mi-am golit intestinul, am avut avut un soi de epifanie şi anume am realizat că mama mea este un om bun, umanitate brută, spirit neciuntit în capacitatea de a da necondiţionat celorlalţi. Asta după ce avusesem un soi de dialog interior în bucătărie, în care puneam neputinţa devenirii mele în cârca mamei.

Mă uitam la borcanul cu zacuscă şi-mi ziceam în gând: „Uite de asta sunt eu atât de incapabilă în a-mi da voie să mă bucur de fiecare moment, să privesc lucrurile cu plenitudinea iubirii de oameni, să devin ceva complex şi aproape complet…" (mereu oamenii pot deveni mai buni, evoluţia continuă *menţine spiritul treaz, flexibil, efervescent) „… pentru că mama mea e mereu în gardă în privinţa oricăror potenţiale boli, afecţiuni ale mele". Tocmai îi spusesem mamei că mă doare burta şi ea s-a impacientat brusc:*

Dar de ce te doare burta?!

Poate că am ceva la colon, ia să-mi faci o colonoscopie să vezi ce am, i-am spus eu râzând.

Pe tine trebuie să te adoarmă dacă îţi fac colonoscopie, la cât de nebună eşti, te mişti şi îţi perforează intestinul.

Dar eu pot să accept ceea ce consider rău la mama, să mă împac cu lumea. Mama nu are nicio vină că eu sunt *fricoasă şi îmi pun fricile pe seama ei.*

După scurtul dialog m-am ridicat de la masă şi m-am dus la toaletă unde am avut reveria spirituală a bunătăţii

mamei mele. Deodată durerea de cap mi s-a înteţit până la limita suportabilului. Partea mea căsăpită şi rea nu mă lasă să fiu umană şi bună, îşi cere drepturile războinice. Vrea să fiu egoistă, egocentrică. Totodată şi speriată, neîncrezătoare în forţele proprii, să mă simt mică şi neajutorată pentru ca să compensez faptul că la un moment dat mă cred deasupra tuturor. Iată un exemplu de enantiodromie [principiul introdus de Jung, conform căruia supra-abundenţa oricărui lucru produce inevitabil opusul acelui lucru], *sau cum s-ar spune mai simplu în popor – „orice faţă are şi un dos"*.

Am un arhaism infantil supradimensionat în sensul temei de abandon. Mi-e frică de mor de a nu rămâne singură, de a nu fi luată în seamă, de a nu fi băgată în seamă, de a nu primi afecţiune, de a nu primi iubire. Mi-am construit mentalitatea de strugurii sunt acrii şi nedemni de mine şi proşti şi nu am nevoie de ei. Deşi vreau afecţiune şi iubire minimizez oamenii. Îmi spun că la ce stârpituri sunt ei cum ar putea ei să-mi ofere dragoste şi afecţiune pure.

Acesta este un mecanism de management al afectelor care mi s-a împământenit ca un reflex condiţionat. Sunt câinele lui Pavlov care începe să saliveze răutăţi de fiecare dată când simte (repet simte) că are nevoie de afecţiune şi iubire. Acum algoritmul salivei rele se zguduie. Aşa că dă semnale de alarmă, dă somatic în mine pentru că vreau şi eu să mă apropii de firescul universal.

Minimizarea, negativizarea, capacitatea de „a-ţi da voie", frica de abandon, dragostea şi afecţiunea „pure" erau noţiunile cu care mă bombarda persoana cu care făceam terapie. Mă revoltasem pe ele, din ciudă le imitam, dar într-o oarecare măsură le şi asimilam. Repetiţia, se ştie, e mama învăţării.

Făceam o maimuţăreală a cuvintelor doar pentru a spune că nu aveam încredere în mine şi îmi doream să nu îmi mai fie frică. Poate că de aceea mă şi luase durerea de cap, deoarece gândeam o problematică care nu era a mea, ba mai mult o şi dispreţuiam.

Eu voiam atenţie! Nu mă preocupase niciodată dacă era sau nu era o dovadă de iubire. De ce voiam atenţie?

Din plăcerea de a mă crede centrul universului celorlalţi, din pofta de a-mi extinde câmpul de control.

Pe deasupra, mereu avusesem o speranţă că îmi vor fi sesizate însuşirile care m-ar fi determinat să fac mai mult şi mai bine.

Din lectura jungiană îmi dădusem seama că ar fi fost bine să mă fi ghidat după propria apreciere de sine şi nu a celorlalţi.

Însă făceam exact pe dos, mă ghidam după aprecierea persoanei de la terapie. Îmi însuşisem că aveam nevoie să experimentez, să ofer şi să simt afecţiunea şi iubirea pure. Făceam dramă cu ele în scrierea mea, când de fapt nu mă preocupau.

Durerea mea era că nu aveam încredere şi curaj să fac lucruri bune şi respectabile. Îmi doream cu mare râvnă să am o certitudine a putinţei mele.

Mă apucasem de terapie ca să scap de bâţâială şi să o dobândesc. Însă depăşind limitele gestului terapeutic, citindu-l pe Jung în loc să-mi fi chestionat frica de a scrie lucrarea de dizertaţie, născusem o iluzie a faptului că nu aveam iubire.

Şi mă afundasem în ea fără discernământ.

Imediat după relatarea „micii epifanii de la toaletă” notam în caietul terapeutic că trebuie să recitesc visul relatat de Jung la pagina 168 a amintirilor sale. De ce? Pentru că trăisem efectiv visul descris acolo şi mi se făcuse frică. La momentul de atunci (19 septembrie 2010) interpretasem frica apărută drept *o proiecţie a fricii mele de a-mi asuma şi a deveni, de a trece peste conţinuturile infantile*. Şi am trecut peste el.

am recitit şi m-am blocat în a mai scrie despre parcursul meu terapeutic.

Lecturez visul, după aproape 5 ani de la trecerea lui în ceaslov. Mă răvăşeşte teribil.

De ce? În scrierea mea băgasem la greu tot discursul

entităţii. Poate terapia nu făcuse decât să mă depersonalizeze.

Eu voisem să mă diferenţiez, să am încredere în reperele mele, acelea ieşite din povestea mea cu Cioc de Sturz. Dar în loc să problematizez utilitatea, pragmatismul şi altruismul făceam apologia iubirii, a neasumării şi a fricii de devenire. Noţiuni care din perspectiva mea erau dincolo de sens dacă nu aveau un obiect concret. Ce şi cum să fi iubit, asumat sau devenit eu? Erau vorbe goale.

Mă cuprinde un sentiment de neîncredere şi groază. Dacă terapia mi-a alterat adevărata personalitate?

Mai ales în etapa cu depăşirea de limită. Bun, sunt sigură pe ce sunt acum, dar dacă scurm în continuare fâsâiala moartă din 2010 e posibil să o păţesc.

Dezgrop nişte monştri ai jocului meu cu terapia şi chiar îmi declanşez o psihoză. Din ciudă pe mine că am imitat şi am făcut joacă bolnavă. Nu mi-am diferenţiat clar personalitatea mea voitoare de putere de personalitatea agentului voitoare de iubire.

După Jung, personalitatea psihotică este personalitate nediferenţiată, nu are repere clar interiorizate şi de aceea inconştientul năvăleşte exploziv şi necontrolat în conştient, dând naştere psihozei.

Iată visul care m-a făcut să mă îngrozesc că am psihoză. Îl redau în întregul său context.

Dacă cineva are o nevroză, e de înţeles că se supune unei analize; dacă este însă „normal”, nu este silit să o facă. Dar vă pot asigura că am trecut prin experienţe uimitoare cu aşa-numita „normalitate”: odată, de exemplu am avut un elev pe deplin „normal”. Era medic şi venise la mine cu recomandările cele mai bune din partea unui vechi coleg. Fusese asistentul lui şi îi preluase mai târziu clientela. Avea un succes normal, o clientelă normală, o soţie normală, nişte copii normali, locuia într-o căsuţă normală dintr-un orăşel normal, avea un venit normal şi probabil beneficia de o hrană normală! Voia să devină analist. I-am spus:

Ştiţi ce înseamnă asta? Înseamnă că mai întâi trebuie să vă cunoaşteţi pe dumneavoastră înşivă. Instrumentul sunteţi dumneavoastră înşivă. Dacă nu sunteţi aşa cum trebuie, atunci cum poate pacientul să devină el aşa cum trebuie? Dacă nu sunteţi convins, atunci cum îl puteţi convinge pe el? Dumneavoastră sunteţi cel care trebuie să fie adevărata substanţă. Dar dacă nu sunteţi, atunci să vă ajute Dumnezeu! Atunci veţi induce bolnavii în eroare. Trebuie deci mai întâi să acceptaţi să fiţi analizat dumneavoastră.

Omul a fost de acord, însă a adăugat pe dată:

N-am nimic problematic să vă povestesc! Atunci ar fi trebuit să mă pună în gardă.

Bun, atunci vă examinăm visele, i-am spus.

Eu n-am vise, mi-a replicat. Eu:

În curând o să aveţi.

Altul ar fi visat probabil chiar în noaptea următoare. El nu şi-a amintit însă niciun vis. Lucrurile au continuat aşa timp de vreo paisprezece zile, ceea ce a început să mă cam neliniştească.

În cele din urmă a avut un vis impresionat. A visat că merge cu trenul. Trenul avea într-un anumit oraş o oprire de două ore. Întrucât acest oraş îi era complet necunoscut şi ar fi dorit să-l cunoască, a pornit-o spre centru. Acolo a găsit o casă medievală, probabil primăria, şi a intrat în ea. A străbătut coridoare lungi şi a păşit în încăperi frumoase, pe ai căror pereţi atârnau tablouri vechi şi goblenuri minunate. De jur-împrejur, se aflau obiecte vechi şi preţioase. Deodată a constatat că se făcuse întuneric şi soarele apusese. S-a gândit: „Trebuie să mă întorc la gară!”. În acel moment a realizat că se rătăcise şi nu mai ştia unde era ieşirea. S-a speriat şi şi-a dat seama că nu întâlnise nici ţipenie de om. A început să se alarmeze şi a iuţit pasul, în speranţa că va da peste cineva. Dar nu a întâlnit pe nimeni. A ajuns la o uşă mare şi s-a gândit, răsuflând uşurat: „Iată ieşirea!”. A deschis uşa şi a descoperit că ajunsese într-o cameră uriaşă. Era atât se

întuneric, încât nu putea desluşi nici măcar peretele de vizavi. S-a speriat rău de tot şi a alergat prin încăperea mare şi goală, sperând să găsească pe partea cealaltă a sălii uşa de ieşire. Atunci a văzut – exact în mijlocul camerei – ceva alb pe jos şi, apropiindu-se, a descoperit că era un copil idiot în vârstă de vreo doi ani. Şedea pe o oliţă de noapte şi se mânjise cu fecale. În acea clipă s-a trezit cu un ţipăt într-o stare de panică.

Acum ştiam suficient: era o psihoză latentă! Trebuie să vă spun că am năduşit tot, încercând să-l fac să iasă din vis. M-am străduit să-i înfăţişez visul cât mai inofensiv posibil. N-am intrat deloc în amănunte.

Visul relatează aproximativ următoarele: călătoria cu care începe este călătoria la Zürich. Acolo rămâne însă doar scurt timp. Copilul din centru este el însuşi pe vremea când avea doi ani. Pentru copii mici, o asemenea lipsă de maniere este, ce-i drept, ceva neobişnuit, dar posibil. Fecalele le atrag interesul, căci sunt colorate şi au miros! Când un copil creşte la oraş, eventual într-o familie severă, aşa ceva se poate întâmpla cu uşurinţă la un moment dat.

Dar acel medic, persoana care a visat, nu era copil, era adult. Tocmai de aceea, imaginea onirică din centru constituia un simbol nefast. Când mi-a istorist visul m-am lămurit că normalitatea sa era o compensare. Îl prinsesem în ultima clipă, pe ultima sută de metri, căci psihoza lui latentă era pe cale să izbucnească şi să devină manifestă. Faptul trebuia împiedicat. În cele din urmă am izbutit să găsesc, cu ajutorul unuia dintre visele sale, un mijloc plauzibil pentru a pune capăt analizei didactice. Pentru acest sfârşit, ne-am fost reciproc foarte recunoscători. Am făcut în aşa fel încât să nu afle nimic despre diagnosticul meu, dar pesemne că înţelesese că se apropia de o stare de panică fatală, când a fost înştiinţat de un vis că era urmărit de un bolnav mintal periculos. Îndată după aceea s-a întors acasă. N-a mai atins niciodată inconştientul. Tendinţa sa spre normalitate corespundea unei personalităţi care, prin confruntarea cu în conştientul, nu s-ar fi dezvoltat, ci doar ar fi explodat. Aceste psihoze

latente […] sunt foarte greu de recunoscut. În cazurile respective este extrem de important să se înţeleagă visele (Jung, 2010, p 166 – 169).

Mi se face frică că „dau în primire”, dacă mai continui cu terapia şi redarea întregului ei demers. Pentru că am ajuns la un punct în care am văzut că cum îmi prezentam o problematică care nu era a mea.

Nu mai bine las eu baltă lucrurile? Îmi văd de treabă dincolo de rescrierea terapiei.

Perspectiva de a trece din nou prin nenumăratele iluzii ale terapiei mele mi se pare de neîndurat.

Pe cale de consecinţă, abordez iar visul în cadrul şedinţelor de terapie de la momentul prezent. Sunt asigurată că nu e cazul să mă gândesc la aşa ceva. Se insistă pe „deprinderea mea de a-mi exprima şi gestiona emoţiile”. Îmi este sugerat că „trăiesc impetuos emoţia şi de aceea mi-e atât de frică”. Sunt îndemnată *„să o pun în cuvinte potrivite şi să mă detaşez de exagerarea ei”*.

Înţeleg că doar am zvâc în mine. Îmi continui drama că am psihoză.

Nu suflu un cuvânt despre dispreţul pe care l-am resimţit faţă de mine şi asimilarea fără discernământ a discursului terapeutic în 2010.

Aş fi lansat o critică acidă la adresa prescripţiilor de asumare, creştere şi experimentarea emoţiei pure lipsite de un obiect concret.

Până la urmă înţelesesem de una singură cum stătea treaba cu asumarea. Trebuia să te hotărăşti să faci ceva şi să te ţii cu dinţii de hotărâre. Să perseverezi. La fel şi cu creşterea.

Creşterea recomandată de entitate e un fel de bate şaua să priceapă iapa.

Am impulsul să renunţ, să spun verde în faţă cum am dispreţuit eu o sumedenie de prescripţii ce mi-au fost adresate. Cum le-am asimilat o vreme şi apoi…?

Ce am făcut eu apoi?

Nu îmi amintesc exact. Trebuie să reiau notiţele şi să

aflu.

Însă nu pot, îmi e frică că mă pricopsesc cu declanşarea unei psihoze latente.

Întreb obsesiv la terapie dacă nu care cumva mi-a fost sesizată vreo tendinţă către psihoză de-a lungul celor aproape şase ani de terapie.

Înţeleg că nu.

Mă mai liniştesc, „că nu am cum să fac psihoză”. Opresc redarea demersului terapeutic. Însă nu şi terapia.

Simt că voi relua eu la un moment dat scrierea şi voi termina şi terapia odată ce voi finaliza cartea.

Parcă mai am câteva lucruri de aflat. E 27 aprilie 2015.

Acum, când scriu aceste rânduri e 13 iulie 2015. Am avut nevoie o perioadă în care să îmi găsesc forţa şi resursele pentru a-mi relua joaca, păcăleala şi lipsa discernământului.

Reacţia mea la visul pacientului lui Jung a fost în registrul depăşirii de limită. Am făcut din ţânţarul imitării discursului agentului armăsarul psihozei.

Jung şi-a dat seama că a insista în analiza respectivului caz este nepotrivit, ceva peste limitele sale şi ale pacientului. A avut un simţ al măsurii. Poate şi eu fusesem absolut nepotrivită în a fi asistată de competenţa agentului meu. Cazuistica mea era peste limitele domniei terapeutice.

Îmi pusesem problema clar odată ce îmi spusese că „negăsirea rostului duce la minimalizare şi orgoliu”.

Visasem frumos şi îmi trecuse pofta de a spune adio entităţii. Aşa am ajuns să fiu asistată în momentele mele de nostalgie şi apoi am voit să fiu sprijinită în a-mi lucra depăşirile de limită.

Aceasta deşi dispreţuiam cu înviorare pologloghiile către iubire. Dar în acelaşi timp îmi spuneam că poate îmi fac bine. Plus că era mega amuzant să contrariez entitatea.

Mai aveam şi voinţa de a mă folosi de comedia mea terapeutică în a mă ajusta către bine.

E o depăşire de limită a normalităţii să vreau să mă folosesc de o comedie de terapie întru a mă ajusta.

Adică să mă joc cu terapia în timp ce mă aştept să mă fac bine.

Sau să mă folosesc de terapie pentru a scăpa de o frică ce apare din reluarea parcursului ei, fără a expune întru totul motivul fricii.

Ori să nu zic clar că dispreţuiesc discursul ce mi se înaintează, ba mai mult să îl şi imit. Cum o făcusem în reveria cu epifania de pe toaletă ce o avusesem înainte de a citi visul pacientului lui Jung.

După ce am trecut superficial prin visul acelea înfiorător dubitam niţel asupra aprecierii de sine. În câteva zile urma să împlinesc 26 de ani şi mă simţeam vinovată. Nu puteam spune clar cine eram şi ce făceam.

Într-un fel devenisem conştientă că trebuia să îmi prezint lucrurile din perspectiva mea. Era bună şi lectura mea compulsivă la încă ceva pe lângă distrugerea dorului meu de bâţâială.

Scriam în ceaslov aşa:

Cum să mă ghidez după propria-mi apreciere de sine şi nu a celorlalţi?

Răspuns: *„Murim deci în măsura în care nu diferenţiem. De aceea strădania naturală a creaturii se îndreaptă către diferenţiere, către lupta contra începutului primordial, contra egalităţii periculoase. E ceea ce se numeşte principium individuationis. Acest principiu este esenţa creaturii* […]. *Nu există în fond decât o aspiraţie şi anume aspiraţia la propria fiinţă.* […] *Nu gândirea voastră, ci fiinţa voastră este diferenţiere*”. (Jung, 2010, p 437438)

Înţelesesem că trebuia să fac cumva întru a-mi dezvolta ceea ce era deja în mine.

Nu aveam încredere în ceea ce eram. Voiam să-mi educ voinţa ca să ajung la acel principium individuationis la care ajunsese Jung. Adică să simt şi eu încredere în umanitatea şi abilităţile mele. Speram ca prin metafore jungiene asezonate cu şedinţe de terapie să dobândesc în

mod miraculos o transformare benefică.

Mă cam păcăleam, ca să scap de sentimentul de vinovăţie. Aveam o vină mare că trecusem de un sfert de secol de existenţă şi nu făcusem mare lucru cu viaţa mea. O simţeam însă nu îndrăzneam să vorbesc despre ea. Îmi era ruşine. Dar ştiam cum cu ruşinea mori de foame. Ca să-mi iau gândul am decis să fac terapie chiar de ziua mea.

Iar depăşeam limitele gestului terapeutic. Băgam aniversarea într-un spaţiu în care nu avea ce să caute. Naiv voiam să-mi încarc aniversarea de semnificaţie terapeutică, să am o şedinţă simbolică, doar – doar să mă vindec mai repede de frici şi neîncrederi. Poate entitatea avea să-mi dea indirect ceva bun, ca de ziua mea.

Aşa că pe 24 septembrie am făcut un talmeş-balmeş năucitor între ziua mea şi terapie. M-a lăsat confuză şi am tras apoi o beţie pe cinste. Ca să scap de tensiunea mâhnirii că nu înţelesesem mare lucru şi nu reuşisem să trăiesc vreun miracol la şedinţă, aşa cum mă aşteptasem.

Am discutat cum *înainte, cu precădere în primele luni de terapie până la stoparea bâţâielii mă aflam într-un „aoleu permanent la orice pas”, un blocaj care mă determina să mă încăpăţânez ca un catâr în a nu vedea zecile de variante deschise în faţa mea*. Voiam să-mi pun o medalie că reuşisem să fac şi eu ceva până la 26 de ani. Să mi se confirme încă o dată că reuşisem să mă las de bâţâială.

Am insistat că variantele deschise în faţa mea, gen „primenire” şi „transformare interioară” erau vagi.

Voiam ceva concret.

Mi s-a evidenţiat *cum solicitam diverse variante întru devenire de la ceilalţi, pentru ca apoi să le resping într-un reactiv demers de apărare*.

Aşa, şi? Tot îmi era frică că în pofida străduinţei mele cu terapia şi lecturarea lui Jung voi eşua în viaţă. Sau în *„construcţia de tip adult”*, cum aveam eu impresia că era denumită reuşita de către persoana cu care făceam terapie.

Am vorbit puţin despre paralizanta mea frică de eşec. M-am lamentat că nu ştiam cine eram. Am fost încredinţată că *odată pornită pe drumul primenirii şi apoi al construcţiei nu ai cum să dai greş*.

Îmi venea să fac ceva pe ea de primenire. Suna ca nuca religioasă în peretele psihoterapeutic. Percepeam primenirea ca pe o noţiune ortodoxă şi îmi venea să-i spun persoanei să se ducă la biserică ca să-şi facă primenirea cea mare cu post şi rugăciune. Dar m-am abţinut.

Trebuia să recunosc că terapia mă ajutase indirect să mă mai stăpânesc.

Am început să vorbesc despre ce înţelegeam eu prin primenire. Şi anume individuaţia şi cum voi ajunge eu în cele din urmă la ea. Am fost „atenţionată" că *„orgoliul are zeci de faţete de manifestare"*.

am blocat. Cum am ajuns la resemnificarea copilăriei nu mai ştiu. După treaba cu orgoliul am scris în agendă aşa:

Copilul are nevoie de prezenţa părinţilor ca să-şi confirme că el e important. Copilul se raportează la exterior ca să poată fixa, contura, construi, nu are capacitate de introspecţie, de aceea apelează la exteriorul ocrotitor. Am nevoie de completarea unor conţinuturi infantile, să retrăiesc momentele de confort afectiv necondiţionat, ca să pot să-mi asum travaliul doliului. Resemnific copilăria ca să resemnific trăirea, să o alchimizez.

Partea cu travaliul doliului mi se părea o regulă tembelă. Iar confortul afectiv necondiţionat îl percepeam ca pe o altă regulă misterioasă şi obtuză a practicii psihoterapeutice.

Mi s-a spus că *„privesc regula ca interdicţie în momentul în care nu îmi asum propria formare"*. Da, nu îmi plăceau regulile. Dar voiam să mă fac să îmi placă! Şi nu ştiam cum. Mă tensiona amarnic.

Am ajuns iar la individuaţie, era tortul momentului meu aniversar.

Agentul şi-a dat silinţa să mă facă să vorbesc fără referinţe. Nu puteam, căci aş fi alternat între cele mai josnice injurii şi batjocorirea cinică a „primenirii” către care eram îndemnată. Aprobam şi notam în agendă:

Individuaţie – nu mă mai identific în totalitate cu ce se spune, de exemplu Jung, ci pot să spun propria idee. Pot spune că uite la mine lucrurile stau aşa, fapt izvorât din propria-mi interioritate, în urma unei reale introspecţii. Lucrurile din esenţa noastră sunt foarte simple. Simplul care e la nivelul nasului nu-l vedem. Când se va fi primenit suficient de mult va apărea sentimentul desceţoşării, le voi vedea cu claritate, le voi avea în faţă.

Şi acestea erau ultimele notiţe ale şedinţei aniversare.

Nici pe Jung nu-l înţelesesem, nici individuaţie nu făcusem. Îmi era ciudă pe travaliul doliului, primenire şi confortul afectiv necondiţionat. Mă simţeam de nimic. Dar am petrecut şi băut până în zori şi am uitat de ciuda şi inutilitatea mea.

La cinci zile după şedinţa „aniversară” am avut un vis.

Am avut un vis niţeluş înfricoşător. Se făcea că eram într-un cartier muncitoresc, să verific nişte chestionare cu doi prieteni (Răzvan şi Livia). Sărăcie, blocuri multe, grădini murdare. La un moment dat Livia dispăruse şi mergeam cu Răzvan pe lângă nişte blocuri înalte (vreo 14 etaje). Mi s-a părut că unul dintre blocuri a început să se clatine dintr-o parte în alta.

Uite Răzvane, blocurile astea sunt pe şine, ca să se balanseze la cutremur. Şi acum, deşi nu e cutremur au început să se balanseze singure!

Vezi-ţi de treabă, cum să se întâmple aşa ceva?!

În câteva clipe primul bloc s-a izbit de al doilea şi au pornit toate cinci la sănătoasa. Aveau o viteză impresionantă. Mă întrebam cum de au loc printre celelalte blocuri să gliseze. Exact atunci unul dintre blocuri s-a poticnit, ca şi cum se împiedicase şi a sărit peste

celelalte blocuri. În acel moment au sărit ceva oameni şi obiecte din bloc.

Atunci am conştientizat tragedia la care asistam live şi i-am spus lui Răzvan că ar fi cazul să mergem. Cum blocurile dispăruseră nu mai aveam un reper prin care să găsim maşina. Ne-am despărţit să o căutăm şi peste 30 de minute încă nu ne-am întâlnit. Am dat peste nişte puşti cu care am intrat în vorbă. Aceştia se pregăteau să meargă către o zonă mai centrală (adică unde stăteam eu) pe o scurtătură. Ar fi trebuit să o luăm pe marginea unei ape, pe o bordură subţire-subţire şi încătuşată de vegetaţie. Nu am fost de acord cu această variantă aşa că am ajuns într-un magazin de cartier, foarte „scuturat", plin cu electronice şi obiecte de design interior, fapt ce m-a făcut să exclam:

Uite ce frumos s-a dezvoltat Berceniul nostru! Ce bine îmi pare!

Cred că infiltraţiile pricinuite de devierea cursului apei au fost pricina glisării blocurilor.

Aşa am finalizat relatarea visului, abrupt şi fără a menţiona dacă concluzia mi-a apărut în vis sau la trezire.

Nu am notat nimic în agendă referitor la interpretarea visului şi nici nu îmi amintesc dacă l-am abordat sau nu.

Visul putea fi un tablou a situaţiei şi a anticipărilor mele cu terapia.

Cartierul muncitoresc, Berceniul, era chiar cartierul în care locuiam şi reprezenta cum mă percepeam eu pe mine. Eram săracă şi murdară, adică plină de frici şi reprezentări proaste.

Primul bloc, care efectiv a sărit peste celelalte era actul repetitiv al bâţâielii. Odată dislocat a „făcut câteva victime". După ce am încetat să mă mai bâţâi am început să intru în lumea trecută a copilăriei, să mă joc şi mai şi cu terapia şi să îi blamez pe ceilalţi pentru fricile mele.

Lucrurile sărite din bloc erau ce rămăsese în urma bâţâielii – compulsia de a o face din nou, depăşirile de

limită, nesiguranţa de sine, incapacitatea de spune că îmi era frică, de a vorbi despre aşteptările şi emoţiile pe care le aveam în terapie.

Al doilea bloc reprezenta meteahna de a lua totul în joacă, inferioritatea morală ce începuse să iasă în evidenţă după ce bâţâiala a luat sfârşit.

Celelalte trei blocuri erau cele trei cadre ale individualităţii mele pe care mi le sugerase entitatea, social, cuplu şi solitudine.

M-am jucat cu exprimarea a ceea ce îmi doream. Nu am spus onest ce voiam de fapt, am menajat persoana cu care făceam terapie. Totodată am vrut să par altceva.

Drept urmare senzaţia că nu-mi mai găsesc reperele s-a intensificat. În viaţă şi în terapie. Erau chiar reperele prin care nu mai găseam maşina din vis.

Am mers mai departe, am vrut să o iau pe scurtătură, voiam să fac lucrurile ca înainte. Vegetaţia de pe marginea bordurii semnifica confortul drumului bătătorit. Nu era riscant, nu dădeam mâna cu incertitudinea.

Totuşi bordura era prea subţire, nu avea cum să susţină masa mea corporală de adult. Exact aşa cum scurtătura nu este întotdeauna cea mai bună. Sau cum aşteptarea de a fi considerată un erou pentru că scăpasem de bâţâială nu putea susţine încrederea în mine. Dar am pus în lucru discernământul, nu am luat ruta ocolitoare. Anticipam că aveam să mă lecuiesc de pretenţiile mele eroice. Aşa am ajuns în zona frumos dezvoltată, adică la realizări şi încrederea în sine.

Ultima frază, abrupta concluzie, era probabil legată de cum vedeam eu utilitatea procesului terapeutic. Să mă folosesc de el în a-mi devia cursul obişnuit al reprezentărilor şi deprinderilor. „Infiltraţiile” apărute în urma procesului au „glisat” methenele, au deviat cursul obişnuit şi au adus în drumul meu din vis locuri frumos dezvoltate.

Era anticiparea că voi avea realizări şi voi dobândi siguranţa de sine.

Până să ajung acolo am trăit lucruri niţeluş înfricoşătoare, dorul de bâţâială, joaca cu noţiunile terapeutice şi nesiguranţa de sine.

Şi în acelaşi registru „niţeluş” înfricoşător e şi seria de gânduri ce au urmat imediat după relatarea visului cu blocurile.

Dacă aş fi interiorizat pattern-urile de comunicare şi raportare pe care le-am văzut în jurul meu aş fi fost un om mediocru, puternic înregimentat în morala dihotomică bine/rău. Poate că e mai bine aşa, că m-am amorţit, am devenit oarecum autistă, pentru ca acum să redescopăr minunea mirării în faţa socialului, a învăţării şi a interiorizării unui sistem valoric emanat din interior ca reacţie la circumstanţele exterioare. Cum ar fi fost dacă eram prezentă şi atentă la ceea ce era în jurul meu? Aş fi preluat fără o cernere şi discernere interioară, ceea ce mi se părea a fi de succes în jurul meu. Dar eu condamnam de cele mai multe ori ceea ce părea şi era de succes, deoarece acei oameni îmi inspirau ceva ciuntit, incomplet, ancoraţi de un singur reper de reprezentare a vieţii de succes, acela material.

Blamam regulile sociale şi le poziţionam ca sursă a inadaptării mele. În acelaşi timp regretam că nu fusesem atentă şi prezentă. Mă întrebam cum ar fi fost dacă aş fi preluat ceea ce era de succes în jurul meu. Mă poziţionam ca vulpea înciudată care nu ajunge la struguri şi zice că sunt acri. Dovedeam invidia în faţa celor care au posesiuni materiale, inferioritatea morală intrase în scenă.

Prin ea încercam să emit o critică la adresa succesului economic individual. Pentru că de fapt voiam să îl am şi eu. *Tot ceea ce mă irită la altul îmi poate servi întru cunoaşterea propriei mele persoane*. (Jung, 2010, p 287)

Agentul mi-a zis că acel „dacă” din scriere era o sursă de angoasă, „mă plasez în tensiune”.

Era baza unei vini, a unui regret şi a unei remuşcări. N-o zic căci m-ar decapita la încredere domnia agentului.

Nu scap, îmi zice că „a-i descrie pe ceilalţi ca ceva ciuntit e o dovadă de orgoliu”, iar „*orgoliul obturează autentica afirmare*” şi „*exprimă un deficit în ceva*”.

Treaba cu afirmarea autentică mi se părea un mare fâs. Dar perspectiva deficitului era bună. Am găsit că orgoliul meu era în directă legătură cu nevoile mele de atenţie.

Am înţeles că puteam să încerc să trec peste pulsiunea de a le satisface imediat. Mi s-a prescris că „*amânarea nevoii de atenţie dezvoltă empatia, pentru că amânând te observi mai bine, te auto-observi*”.

În logica depăşirii mele de limită voiam să am totul, mult şi enorm. Şi instant. Chiar şi empatia pe care mi-o livrase ca pe o nucă în perete. Empatia nu fusese niciodată ceva care să mă intereseze să obţin de la mine. De la ceilalţi da.

Agentul mi-a dat sfatul de „*sta şi a-mi observa şi delimita trăirile*”. Mi se părea ceva normativ şi scârbavnic.

Aş fi vrut să mă alint şi să mă joc, însă în faţa unei asemenea prescripţii nu mai puteam. Mi se dăduse ceva coerent, care mă putea duce undeva. Cum ar fi fost spre exemplu exprimarea voinţei mele de putere, îmi furam căciula, mă revoltam şi ziceam că nu pot.

Nu era pe placul meu să nu mă mai joc şi să fiu clară şi concisă. Pe de-o parte pentru că presupunea un mega efort de concentrare dincolo de ludic şi spontaneitate. Iar pe de altă parte pentru că îmi era frică că nu o fac bine.

Vorbisem despre trăirile mele atunci când răspunsesem la cele 17 întrebări şi nu primisem niciun feedback că o fac sau nu o fac bine.

Mă aşteptam de la terapie, să mă ajute să-mi diferenţiez trăirile şi reprezentările bune de cele rele. Întrebam care e mecanismul prin care le pot delimita şi mi se spunea „că nu mi se pot da reţete, trebuie să îmi asum singură trăirile”.

Mai târziu aveam să-mi dau seama că îndemnul „de a-ţi observa şi delimita trăirile” era specific abordării

Cognitiv-Comportamentale.

Terapia Cognitiv Comportamentală e o metodă psihoterapeutică ce vizează schimbarea interpersonală, cognitivă, comportamentală şi afectivă. Se defineşte un orizont al obiectivelor şi aşteptărilor şi se operează în baza observării şi diferenţierii comportamentelor inadecvate. E un demers orientat spre acţiune, pune accent pe responsabilitatea personală în raport cu propriul comportament şi ajută la configurarea unor tehnici de autoreglare a comportamentului (Holdevici, 2011, p 10 – 11).

Eu voiam joacă şi mai puţin elemente normative şi directive. Adică acele tehnici de autoreglare a comportamentului. Ce eram eu? Un robot corporatist?

O parte a practicii jungiene, cea care se ocupa de interpretarea viselor şi imersia în lumea copilăriei mă ungea pe suflet. Îmi dăduse ocazia „să mă joc cu visele" şi să retrăiesc ce-mi plăcea. Aveam iluzia că îmi accesam masiv elemente inconştiente când de fapt mă jucam. Credeam că îmi desăvârşeam personalitatea.

„Integrarea conţinuturilor inconştiente a contribuit substanţial la desăvârşirea personalităţii mele". (Jung, 2010, p 330)

Mă prinsese ideea de desăvârşire căci fusesem acceptată la un workshop interdisciplinar de o lună pe explorare urbană, Cities Methodologies. Urma să audiez tot soiul de prezentări şi să lucrez în echipă cu un arhitect şi un artist vizual, ca la final să facem un proiect ce urma să fie expus la Facultatea de Arte.

Entitatea a părut încântată de noua mea încercare. Ba chiar mi-a spus că „la un moment dat am putea face echipă în a face terapie de grup la marile companii".

I-am ţinut isonul la berbecie, deşi nu aveam nici cea mai vagă intenţie să lucrez vreodată cu domnia sa. Era destul că depăşea limita gestului terapeutic venind la mine acasă. I-am subliniat subtil că am putea colabora după ce încheiem terapia. S-a băgat ca melcul în cochilie.

Şi eu anticipam apariţia încrederii în mine printr-o iluzie de desăvârşire ce pansa o dureroasă neîncredere în mine.

Aş fi vrut să corectez buba îndoielii de sine în joacă, insistând pe simbolism, asociere şi interpretare de vise.

Îmi era oarecum clar că trebuia să observ şi diferenţiez (o normativizare a corpusului meu existenţial) cât mai multe aspecte rele ale personalităţii mele. Nu-mi convenea deloc să renunţ la multele depăşiri de limită a căror constantă dovadă o făceam.

Mă identificam cu excesul şi exagerarea pentru că aveam impresia că mă fac să fiu un personaj special.

Fugeam după pompoşii cai ai inconştientului şi desăvârşirii personalităţii dar nu răspundem bine la nişte întrebări simple pe care mi le punea entitatea.

Ce se întâmplă cu mine? *Ce observ eu la mine*?

Nu puteam să zic nimic în afară de faptul că îmi e frică şi fac în ciudă.

Entitatea îmi prescria *„să am în vedere auto-observarea constantă, nu doar atunci când îmi convine"*.

Adică cum?

Şi când nu-mi place să mă uit la mine. *Ce nu-mi place*? *Aceasta ar fi adevărata problemă a discuţiei*.

Că oamenii nu mă înţeleg şi nu mă acceptă aşa!

Translăm lucrurile neplăcute ale propriei persoane către exterior. *Nu-mi place acel lucru la ceilalţi pentru că de fapt nu îmi place la mine*. *Mecanismul de apărare, ca răspuns neadecvat, nenatural, este cel care ne „dă de furcă" şi nu situaţiile în sine*.

Păi nu-mi place că încă sunt nesigură pe fizicul meu şi că mama mă cicăleşte. Şi văd că uneori fac şi eu la fel.

Ce îţi este caracteristic?

Nu ştiu! De aia fac zăpăceală!

M-am blocat. Şi chiar i-am făcut mare tămbălău. M-am lăbărţat pe canapea, mi-am scărmănat pisica, am ieşit pe balcon, am vorbit la telefon în timp ce mă învârteam

prin cameră. A insistat că „îmi pot da voie să pun în cuvânt trăirile, dincolo de mecanismele de apărare”.

Mi-a dat temă „să fac un inventar al imitaţiilor de la mama, de la tata şi a ceea ce nu-mi place”.

I-am făcut o scriere în care am încercat să-mi exprim emoţional îndoiala de sine. Ca să vadă că pot face observare şi delimitare de trăire.

Să mă întreb pe mine însămi, nu pe cei din jur.

Mă întreb dacă mă urăsc atât de tare. Mă urăsc dintotdeauna şi până acum am amorţit ura cu bâţâială şi scos de ochi, sau prin a mă transforma în ceva ce nu-mi place. Urăsc că aştept, nu intervin, atenţia nu e menţinută prea mult timp, fizicul e şubred, memoria e slabă. Sunt o stârpitură cu pretenţii de guru. Până acum mă amorţeam şi era ceva echilibru. Acum ţipă lipsa devenirii la timp. 26 de ani, pare mult, pare puţin, lumea abia se deschide sau tocmai se închide. Pentru o mai mare deschidere e nevoie de ordine şi disciplină, dublate de curajul conştientizării şi asumării intuiţiilor. Pentru a fi conştientizate sunt necesare liniştea, încrederea şi lipsa tensiunii. Îmi vine să plâng şi văd pe geam un peisaj luminos de toamnă cu blocurile bej din spate, frunze galbene, raze aurii, vânticel călduţ, calm, linişte. Îţi asumi inefabilul înjumătăţit hazardistic între înălţător şi căzător. Te bălăceşti în încredere, linişte, bucurie, arunci tensiunea, frica, „care pe care”, reproşul.

După capul meu era evident că spusesem acolo că vreau ordine, disciplină şi încredere. Agentul a înţeles că mi-e frică şi vreau iubire. N-a zis nimic de faptul că îmi punctasem nişte trăiri acolo. Degeaba scrisesem eu că mă amorţeam prin a mă transforma în ceva ce nu îmi plăcea.

Am fost criticată şi invitată la ceva ce nu mă interesa.

Aflu despre „furia acumulată în interior exprimată în exterior prin diverse mecanisme – care pe care, ciudă, cinism, sadism”. Nu-mi părea problematic niciunul dintre acele mecanisme, percepeam că agentul îmi minimizează pe nedrept fiinţa.

Nu am sărit să-i sparg cana în figură ca să vadă ce-i ăla sadism adevărat, ci m-am plâns de neliniște și lipsă de apreciere din partea celorlalți. Am primit o ofensivă a iubirii și construcției.

Cică să *„îmi asum liniștea, eu sunt cea care își construiește liniștea, la fel cum am fost cea care și-a construit furia și ura”*.

Soluția la toate problemele mele era *„hai să îmi reașez iubirea în suflet, cu toate formele ei, disponibilitate, empatie”*.

Am protestat vehement și am aflat o gogoriță dezgustătoare. Cică „multele mele mecanisme de apărare, de distorsiune a inconștientului și conștientului sunt insidioase și ciclice”.

Înlemnesc când o aud și am impulsul de a-i arunca cu ceva în figură. Că tot îmi spusese de ciclic. Nu o fac, scriu în ceaslov și îi chestionez necinstea pe care mi-o făcuse.

Cum pot opri această ciclicitate?

Prin prezență aici și acum, relaxare, concentrare.

— Vi se pare că sunt genul de persoană relaxată? Lipsa de relaxare este una din problemele alea ciclice. Cum o stăpânesc?

Stăpânirea aduce și mai multă tensiune.

Bine, cum mă motivez în a-mi însuși relaxarea?

Prin emoție!

Eee na?! Cum?

Emoția motivează, prin ea pot primeni.

Eu zic că mai degrabă prin acțiuni.

Totul se reduce la emoție.

Plescăi a cea mai mare scârbă și îmi pun ceaslovul pe cap. *Ad litteram*.

Nu vă cred!

Vio, nu te mai războiu cu emoțiile… Are loc o *investire afectivă a demersului acțional*.

Cum?

Determinarea manifestării, a deciziei.

I-am dat crezare şi m-am învoit să lucrez emoţia. Nu vedeam că mă spăla pe creier cu poezia abstracţiunii emoţionale pe care o învăţase din cărţile şi cursurile pe care le mâncase.

Iar domnia terapeutică nu realiza că eram profund scârbită de ce îmi recomanda şi intram în cele mai bizare jocuri ca reacţie la ce-i ieşea pe gură.

Mi-ar fi trebuit un om cu o formare psihanalitică demnă să favorizeze şi rafineze o nativă voinţă de putere.

Nu o entitate care crede că *„dacă nu învăţăm să cerem afecţiunea la modul natural, potrivit, ajungem distorsionaţi”* şi că *„tensiunea mea rezultă din faptul că nu am încredere şi pun jocul de putere”*.

Când a zis-o pe aia cu puterea am luat foc. Mi-am apărat voinţa de putere. După care m-am tânguit mai rău ca niciodată de neîncrederea mea. Mai aveam puţin şi plângeam în timp ce îi spuneam că viaţa mea e un chin groaznic şi nu am nicio şansă să ajung niciunde. Am reuşit să-i mişc creierul nătângit de prea multe informaţii de acelaşi fel şi sufletul obidit de atâta emoţie necondiţionată.

Vio îţi garantez că poţi avea încredere în abilităţile tale.

Şi eu îmi garantez şi degeaba…

Poate te ajută să ştii că oamenii sunt puternici şi încrezători de la natură.

Cine zice asta?

Prima mare probă a vieţii.

— Poftim?!

Ai răbdare că nu am terminat! *Încercam să-ţi spun de trecerea de la intrauterin la respiraţie în lumea exterioară. E o trecere puternică, omul e foarte plin de resurse. Dacă e în stare să suporte şi susţină o metamorfoză atât de amplă într-un timp extraordinar de scurt, e clar că resursele sale sunt mult mai numeroase şi puternice decât ar crede el*.

Notez cu gura căscată, cuvânt cu cuvânt. Se întrecuse pe sine forţându-se să formuleze ceva atât de

complicat. Drept e că mai prind ceva încredere că pot. Dar nu mă convinge.

Ok, fiecare e plin de resurse. Dar eu cum fac ca să prind încredere că le am?

Încrederea se construieşte la nivel interior.

— Cum?

— *Primim hrană afectivă pe care o alchimizăm în ataşament şi încredere*. *Trebuie integrată hrana afectivă*. *Cu cât construieşti în interior cu atât apar posibilităţi în exterior*. *Premisele exterioare sunt premisă pentru creşterea interioară*. *De la creştere se ajunge la flexibilizare şi apoi iar la creştere*.

M-a odârlit atât de tare cu această pololoqhie încât i-am făcut mare vacarm până la sfârşit. I-am dat eu nişte hrană de-a mea cu revoltă.

M-a bântuit jegul de „hrană afectivă”. Mă gândeam că nu avusesem parte de un ataşament corespunzător format ceea ce m-ar fi determinat să rămân toată viaţa o stârpitură.

În weekend am făcut mare carnaval de ziua unui prieten. M-am îmbătat ca un miner şi am păţit un pocinog. Duceam sărbătoritul, care era mai beat ca mine, acasă. Era atât de praf încât m-a rugat să ne mai plimbăm cu taxiul ca să nu-l vadă a sa mamă în halul în care era.

Îmi era somn şi nici eu nu eram prea coerentă. Aşa că i-am zis că poate merge la mine, mama oricum era obişnuită cu accesele mele bahice şi mai văzuse prieteni de-ai mei în stări jalnice. Odată venisem acasă la şapte dimineaţa cu încă trei oameni, gagicul, un prieten şi o prietenă. Mama făcuse plachie de cu seara. Băusem şi fumasem iarbă cu toţii. Ne era o foame magistrală.

Ne-a pus în farfurii în timp ce ne explica că „alcoolul şi nopţile nedormite ne distrug neuronii, suntem candidaţi la neurastenie”. O zicea aşa, mai mult în glumă. Eu râdeam pe sub mustăţi dându-mi coate cu ceilalţi. Prima farfurie i-o pune fetii. Dânsa înşfacă bucata de peşte cu mâna goală şi se apucă să înfulece cu poftă. Atât mama cât şi noi

facem ochii cât cepele. Mă aştept să fim trimişi cu toţii la plimbare. Dar nu. Mama zice „vai Viorela, dar nu ştiam că vă este atât de foame”, în timp ce arată spre a mea prietenă. Se iscă un râs general.

Mama chiar era tolerantă. Îl aduc pe om la mine. Dau să-l cobor din taxi. Mare caznă ce îndur, se clatină mai rău ca o piftie neînchegată. Eh, e ziua lui, hai treacă-meargă de la mine. Na cadou de ziua ta, am grijă de tine. Numai că în procesul de extragere a beţivului din autoturism îmi pierd telefonul.

Mare catastrofă ce păţisem.

Vine terapia. Mă ia iar angoasa cu hrana afectivă.

Mai ţineţi minte ce am discutat data trecută? Dacă nu oricum am aici notiţele.

Era ceva cu încrederea…

Printre altele…

Îi fac hrana aia de ocară. Nu se lasă, mă îmbie la tot felul de trăncăneli psihologice. I le fac pe toate praf.

Până ajunge la „rafinarea emoţiei”.

Hai că asta sună bine. Dar cum naiba rafinezi o emoţie? Ea nu este deja dată, că e necondiţionată?

Rafinarea se face prin aducerea de elemente conştiente de tipul „mă bucur pentru că…”

Aaa, e aceeaşi Marie a delimitării şi exprimării emoţiei numai că e cu pălărie rafinată. Râde. Eu nu.

Că tot îmi ziceţi de delimitare. Eu vă zic acu că vreau să am mai mult curaj. În toate. Înţelegeţi? Nu prea i se mişcă chipul de la ce-i zic. Îmi şi bagă o prăfoşenie.

Curajul e o faţetă a afirmativităţii şi presupune conştienţă şi responsabilizare.

Aha. Şi cum prind eu curaj mai repede?!

Curajul poate fi şi o *stare de spirit*. *E nevoie de timp, acomodare, adaptare în geneza stării de spirit*.

Îmi închisese gura magistral. Încep să mă plâng de cum mi-am pierdut eu telefonul.

Îmi dă nişte informaţii demne de un şaman imberb

hrănit cu Osho *„pierd ceva pentru a dobândi altceva, orice dar îşi are preţul lui”*. Mă întreabă *„cu se semnific pierderea”*. Îi povestesc iar cum l-am pierdut. Cu şi mai mult patos şi cuvinte vulgare.

Drept urmare îmi formulează domnia taina cea mare: *„pierderea telefonului poate fi că pierd furia şi construiresc bucuria, pierd un comportament infantil şi construiesc unul matur, responsabil, pierd dependenţa de obiecte şi găsesc liniştea”*.

Ce n-aş fi dat eu să-mi găsesc liniştea! Atunci nu aş mai fi avut nevoie de terapie, căci aş fi putut spune cu mâna pe inimă ce eram şi ce făceam.

Din mare frustrare şi vină că nu ştiam cum să procedez în a-mi pierde dependenţa de obiecte şi a-mi găsi liniştea am început să mă tângui şi să întreb obsesiv ce ar fi fost de făcut.

Pe nepusă masă mi s-a vorbit despre telocite, un tip de celule stem care duc la regenerarea ţesuturilor şi a organelor. Ideea potenţialului regenerativ m-a energizat şi am început să mă laud că sigur mă voi regenera ca pacienţii lui Jung care erau în proces de individuaţie.

Entitatea s-a înfoiat.

Vio, nu te mai pierde în detalii complicate *exprimarea emoţiilor se învaţă tot aşa cum şi mersul se învaţă*.

Şi cu ce mă ajută asta pe mine la a dobândi ce vreau?

Îmi face o flecăreală a „aportului emoţiei în construcţia încrederii” şi drept temă să-i cer mamei lămuriri despre perioada în care am început să merg. Ca să „am suport simbolic pentru noul proces de învăţare”.

Mi-am amintit de existenţa unui caiet în care mama notase mai toate evenimentele pe care ea le-a considerat semnificative, de la momentul naşterii mele până la vârsta de un an şi un pic. Găsisem respectivul caiet în una din rundele mele febrile de scotoceală pe la vârsta de 13 – 14 ani.

M-am simţit foarte specială atunci când l-am găsit, mă consideram un copil important. L-am răsfoit un pic, nu

prea înţelegeam scrisul mamei pe atunci şi „l-am pus bine”. Din când în când mai dădeam peste el, îl mutam dintr-un loc în altul, cum făceam cu mai toate lucrurile mele.

Şi dacă tot mi-am amintit de acel caiet, hai să-l şi caut şi găsesc. L-am reperat relativ repede.

Era plin de detalii medicale – scaune, supturi, greutate, vaccinuri, introducerea de noi alimente, mişcări ale corpului, mimică, sunete emise. Din loc în loc mai era trecut câte un eveniment – cine mă vizita, botez, primele cuvinte, primele tentative de a merge, apariţia primilor dinţi.

Începea cu data şi ora naşterii mele, fiind scris la persoana întâi – „am apărut pe lume prin cezariană”, „am ajuns acasă în camera mea, în pătucul meu, foarte frumos cumpărat de tati”, „a urmat prima noapte acasă lângă ai mei, dar cu mami alături şi la capul meu”. După care era descrisă prima îmbăiere şi urmau pagini întregi cu orele la care aveam scaun şi sugeam. Când şi când mai apărea câte un eveniment de tipul „a fost plângăcioasă”, „îşi ţine binişor capul” „primul gângurit” sau „a dus mâna dreaptă la gură”. M-a frapat că imediat după „m-a cântărit tati şi am 3100 g", urma „până la ora 20:30 am avut 6 scaune”. Şi abia apoi „prânzurile”, adică orele de supt, ce nu mai erau trecute la persoana întâi.

Mă luase o senzaţie de furie, pe temeiul că mama acorda o importanţă mult prea mare „scaunelor”. Dar m-am liniştit, observând că urma o regularitate în trecerea orelor de supt şi a numărului de scaune fără a mai fi folosită persoana întâi. Mi-am spus că probabil în ziua respectivă pur şi simplu avusesem mai multe scaune ca de obicei şi acest lucru îi atrăsese atenţia mamei.

Mi s-a părut interesant că acolo erau scrise diminutivele – mami şi tati, în condiţiile în care eu nu le folosisem niciodată. Mereu le spuneam mama şi tata iar maximul de alint fusese mamiţa şi tatiţu. Aceasta după ce citisem Dl Goe, fantastica schiţă a lui Caragiale ce ironiza

inadecvatul comportament al burghezilor din secolul 19.

Evident că m-am identificat cu Dl Goe. Pentru acel copil depăşirea limitei era un constant exerciţiu cotidian. Dar dincolo de Dl Goe, citirea acelor diminutive în caiet mi-a dat o senzaţie de apartenenţă şi normalitate.

Am trăit o senzaţie de bine când am citit că pe 27.X.1984 „am primit primul trandafir roz de la tati”. Data respectivă era ziua de naştere a mamei mele, atunci împlinea 36 de ani.

M-a mişcat să aflu că pe 20. IV.1985, chiar în dimineaţa zilei în care am fost botezată, am spus de câteva ori ta-ta, ajutată de sora mea. M-a bucurat să descopăr că existase o conexiune între mine şi sora mea în condiţiile în care ea nu stătea cu noi, era probabil prezentă acolo cu ocazia botezului.

M-a bucurat când am citit că pe 19.V.1985 „a spus mama”, pe 26.V. „se ridică singură în funduleţ”, pe...

„Ne-am ridicat singură în picioruşe. Bravo, suntem omuleţ”, pe 30.VI. „A început să meargă susţinută de subţiori”.

Am simţit un avânt că fusesem un copil sănătos şi încercam să merg încă de la nouă luni.

Numai că scrierea din caiet a luat apoi o turnură bolnăvicioasă. La propriu. Din data de 8. VII „am început tratamentul giardiei”, ce a dat startul unor pagini întregi cu însemnări despre dozările medicamentoase, scăderea în greutate, scaune şi apatia aferentă stării de boală. Totuşi, pe 23 august 1985 „am plecat la mare cu toţi şi cu de toate” şi „i-a mers foarte bine în cele 7 zile”. Apoi am plecat la munte la Sinaia – „foarte bine ne-a mers”, „între 23 aug. şi 12 sept am luat un kg”, pentru ca pe 18. IX. să repară „scaune moi, 6 – 8/zi, inapetenţă, dureri abdominale”. Iar pe 6. X era consemnat că îmi scăzuse greutatea cu un kilogram. Şi aceasta a fost ultima însemnare pe care mama a făcut-o în respectivul caiet.

Episodul giardiozei mă speriase şi cutremurase. Mă gândeam ca nu care cumva acea suferinţă să fi avut un

impact nefavorabil în dezvoltarea mea. Am abordat-o pe mama.

Mi-a spus că giardia e un parazit destul de des întâlnit la copii, nu mai este văzut ca ceva demn de a fi tratat. Numai că în anii ’80 era. Se gândea că poate nu au procedat tocmai corect atunci când m-au tratat cu toate acele medicamente, printre care şi Flagyl. Flagylul conţinea metronidazol, o substanţă nu tocmai indicată în a fi administrată unui sugar, datorită efectelor secundare pe care le are: anorexie, greaţă, somnolenţă, ameţeli, stare confuzională, depresie.

Când am auzit m-a luat deznădejdea şi furia. De ce mi-au dat aşa ceva? Probabil că acele efecte secundare mi-au întârziat perioada de dezvoltare şi primii paşi. Şi de aceea aveam eu blocaje emoţionale, mecanisme de apărare şi mă bâţâisem. Poate agentul avea dreptate cu toată retardarea emoţională pe care mi-o înainta pe toate căile.

O iau la rost pe mama.

Îmi zice că „aşa era moda pe atunci”, multor copii li s-a administrat acel tratament şi de cele mai multe ori erau bine-mersi. Plus că în dezvoltarea oricărui copil mai sunt şi hopuri, perioade de regresie, ce sunt rapid compensate apoi.

Îmi venea să plâng, mă simţeam o handicapată. În acelaşi timp mi-am amintit că avusesem ocazia să observ în copilărie o sumedenie de copii bolnavi consultaţi de tata şi îl auzisem de multe ori spunând cam acelaşi lucruri. Îi îndemna pe părinţii înfricoşaţi să nu-şi mai facă atâtea griji, că e normal ca un copil să se mai şi îmbolnăvească, mai ales că are o fantastică capacitate de vindecare şi recuperare, cu mult mai mare ca cea a unui adult.

Mai întreb o dată cum făcusem primii paşi şi notez în ceaslov.

Pe la un an şi un pic „se vedea bine că vrei să mergi, începuseşi să te agiţi”. Prin octombrie 1985 apăruseră acele semne de „agitaţie”, mă ridicam în picioare în pat. Aşa că au început cu mine orele de mers, mă ţinea mama

de mână pentru a mă ajuta să-mi menţin echilibrul, când deodată m-am smucit din mâna ei şi am început să merg, „cătinel, cătinel, merge Viorela!”. Au urmat câteva săptămâni de ture uşă-fereastră, fereastră-uşă, pentru ca apoi să încep să merg singură prin casă, „veneai după noi”.

Procesul de a face primii paşi fusese unul normal.

Deci nu aveam traume sau mai ştiu eu ce alte patologii emoţionale. Intru într-o mică reverie cu Jung.

Vreau conştiinţa mai înaltă a responsabilităţii, confruntarea lăuntrică a contrariilor, pulsiunea de viaţă, voinţa conştientă a-mi găsi partea sănătoasă şi funcţională a eului, relativizarea conţinuturilor psihice dincolo de unilateral şi absolutizare.

Pentru că aşa zice Jung că face omul care începe să meargă pe propriile picioare, adică când iese din identitatea inconştientă cu familia şi societatea. Când are loc această turnură individul începe să aibă şi dubii faţă de propria lui persoană.

Mi se părea că eu avusesem dintotdeauna îndoieli faţă de ce eram. Mă credeam aparte, că am un suflet de aur ce fusese osândit de o soartă rea. Dar maimuţa în aur şi purpură, tot maimuţă rămâne. După ce îmi ziceam că vreau valori post-materialiste precum apartenenţa, respectul de sine, satisfacţia estetică şi intelectuală mă lua frica că eram de fapt bolnavă.

Că aveam un conflict inconştient care îmi putea afecta starea sănătăţii fizice.

Mă zbuciumam între a mă vedea nevoiaşă şi beteagă şi un om ce avea calităţi excepţionale. Mă ascundeam pe după degetul arhetipurilor şi individuaţiei şi aveam fantezii pornind de la ideea că *e important să avem un secret şi presimţirea a ceva ce nu poate fi cunoscut*. Pentru că îmi reactiva plăcuta stare pe care mi-o dădeau căutările mele de mistere din copilărie.

Totodată mă tocmeam cu mine că mai bine mă fac cumpătată şi lipsită de îngâmfare dacă vreau şi eu să fac ceva bun pe lume. Pentru că am înţeles în cele din urmă că

pentru Jung secretul era însăşi priceperea lui şi a lumii. Şi muncise toată viaţa cu mare chibzuială pentru a o explica şi înţelege.

Premisa de a mă îndrepta, de a face ceva bun cu mine, de a învăţa ordinea şi disciplina mă umplea de râvnă. Dar şi de frică că nu voi fi în stare să trec cu bine peste probele vieţii, că mă voi îmbolnăvi. Mă credeam şubredă şi nevolnică.

Mă bălăceam în spaţiul reprezentărilor contradictorii şi mă angoasam în faţa perspectivelor de echilibrare.

Noroc că la sfârşitul amintirilor lui Jung am găsit o informaţie care m-a determinat să vreau a-mi clădi specificul. Ordonat şi disciplinat. Clar şi precis. Pentru că aşa mă voi fi integrat şi voi fi simţit că aparţin.

Comunitatea înfloreşte numai acolo unde fiecare singuratic îşi aminteşte de specificul său şi nu se identifică deci cu ceilalţi (Jung, 2010, p 403). Ce puteam spune despre specificul meu? Mai nimic. Simţeam că trebuia să mă concentrez în a o putea face.

Abordez chestiunea la terapie, zic la entitate că gata, am terminat cu Jung şi vreau lucrul pe concret. Eram hotărâtă să iau taurul psihologiei de coarne, să mă observ şi să delimitez ce sunt şi ce nu sunt. Am iscat o serie de 19 şedinţe care au fost de-o bulibăşeală rară, cu toate caznele mele de a mă concentra pe un singur subiect şi a deprinde tehnici întru a mă normaliza.

Nouăsprezece şedinţe în registrul clarităţii şi preciziei.

A fost o perioadă în care m-am umplut până la refuz cu rigiditate, plictiseală şi ariditate. Fapt ce mi-a crescut şi mai şi pulsiunea de a voi să controlez entitatea terapeutică.

Iată şedinţele.

(1ALEGEREA) 15 noiembrie 2010 Am pornit în ritm jungian, voiam să-mi unific contrariile, dincolo de metaforă şi simbol.

Mi s-a spus că *pentru a le unifica era necesar să le*

am în momente diferite şi nu într-un amalgam. Cum aşa?

Să existe un travaliu al atenţiei conştiente, răbdătoare şi contemplative îndreptată către sine. Pentru ca apoi să-mi pot forma o părere. Părerea apare în urma alegerii de a fi prezent la tine.

Şi alegerea cum merge?

Alegerea este o exersare cotidiană, o acumulare. Alegerea dă la o parte *imitaţia – ce sunt eu, ce mi-e mie autentic, ce mi-e mie natural*?

Şi cum aflam eu ce îmi era autentic şi natural?! Cică *trebuia să mă desprind mai întâi de imitaţii*. Cum?

Prin alegere conştientă.

Adică?

Alegerea conştientă presupune o argumentare conştientă, „vreau pentru că…”

Adică vreau pentru că îmi place!

Mi s-a subliniat că mă învârteam în jurul principiului plăcerii. Mi-a fost descrisă *alegerea ca principiu fundamental al vieţii. Dacă dau curs principiului plăcerii îmi blochez alegerea*.

Nu mi-a convenit deloc şi am început să explic că o viaţă lipsită de plăcere e o viaţă searbădă. Entitatea a încercat să intre în logica jocului meu şi mi s-a vorbit despre *plăcerea contemplării şi a auto-cunoaşterii*. Nu voiam să mă întorc iar la Jung. Aşa că am insistat pe claritate şi la şedinţa următoare.

(2 – AMÂNAREA PLĂCERII) 6 decembrie 2010

Bun, vorbisem de alegere, ce puteam face eu ca să mă comut pe alegere?

Cică *schimbarea vine din interior, chiar dacă se aşteaptă consecinţe la exterior*. Ce înseamnă asta?

A diferenţia bucuria de plăcere. Bucuria este armonie, echilibru, are aspecte spirituale, este o stare sufletească, valorizantă şi valorizatoare. Ai o justificare morală pentru ea.

Plăcerea este fluctuantă şi instabilă. Presupune

satisfacerea imediată a unei nevoi sau a unei pseudonevoi. Poate să coreleze foarte bine cu capriciul, fiind ceva facil şi la îndemână.

A funcţiona pe principiul plăcerii presupune o limitare interioară. Plăcerea în lucruri care nu-şi au rostul e un consum de energie inutil şi retează cumva creşterea.

Când am auzit că *limitele mele interioare pot fi primenite,* m-a luat pe sus dispreţul.

Nu eram de acord să mi se prescrie dogmatism ortodox, dar îmi era frică să explic că primenirea nu era pentru mine. Poate doar mă revoltam pe o potenţială schimbare şi de aceea găseam că noţiunea de primenire era penibilă într-un proces terapeutic.

Aşa că am început să mă dau de ceasul morţii că nu aveam şanse să cresc şi ce mă făceam. Mi s-a spus că *dau dovadă de lipsă de răbdare, semn al compulsivităţii.*

Nu înţeleg!

Ca aşteptarea să mi se pară mai uşoară pun plăcere în nerăbdare.

Adică de fapt îmi face plăcere să stau şi să aştept?!

Ca să poată fi mai uşor de suportat mecanismul îşi mai adaugă un conţinut, al plăcerii.

Notam în agendă şi mă simţeam teribil de confuză. Tăceam mâlc. Am mai primit o explicaţie.

Cică *„nerăbdarea mea putea fi o consecinţă a neexprimării afective”*. *„Dacă nu exprim afectivul condiţionez exprimarea afirmativităţii emoţiei prin frica de a nu fi respins”*.

Nu prea îmi puneam problema dacă eram sau nu respinsă. Eu doar voiam să am cât mai mult! Şi repede!

Nu frica de respingere mă omora pe mine, ci groaza în faţa unui iminent eşec social.

Frica de a nu fi suficient de bună, de capabilă să fac lucruri mă terifia. Lipsa iubirii îmi părea să fi fost o problemă inutilă. Unde dracului ajungeai dacă stăteai şi te tot întrebai de eşti sau nu eşti iubit?!

Mă înciudam în sinea mea în loc să fi văzut şi explicat că eu voiam doar atenţie. Bună rea, oricum, dar atenţie să fie! Deoarece simţeam lipsa acordării de atenţie ca pe o pedeapsă. Aşa că pedepseam şi eu, făcând şi mai mult tărăboi nerăbdător. Şi mă obişnuisem să fac doar aşa. Nu mă exprimam ca să pedepsesc lipsa de atenţie. Deoarece simţeam că mi se cuvenea toată atenţia din lume. Şi respingere dacă era tot atenţie se chema! La mine prezenţa atenţiei echivala cu recompensa şi succesul. De aceea probabil şi acceptam repetitivitatea noţiunilor schiloade emise de entitate.

De aceea am şi crezut că poate ascundeam o mare frică de respingere, dar nu o vedeam. M-am gândit că dacă aflu cum se exprimă emoţionalitatea o să îmi dau seama de am frică de respingere sau nu.

Am primit un răspuns rapid şi tehnic – *prin văz*, *auz*, *corp*, *miros*. De fapt mi se spuseseră receptorii emoţionalităţii. O zic.

Persoana de la terapie înghite în sec.

Vio, nu există reţete pentru exprimarea emoţiei! Emoţia se simte.

Aha şi cu respingerea cum rămâne?

Dacă amân e posibil să nu mai condiţionez ca respingere ci ca pe un curs firesc al lucrurilor.

De ar fi spus pedeapsă în loc de respingere ar fi obţinut al meu respect.

Dar eram bombardată cu afecte, când a mea problemă era lipsa ordinii şi disciplinei. Eu aspiram la mare succes şi nici măcar nu-mi puneam problema iubirii. Îmi era cumva vârâtă pe gât la terapie. Lucru ce mă făcea să mă îndoiesc şi mai tare de mine.

Îmi venea să mă ridic şi să încetez terapia.

M-am stăpânit. Am întrebat sarcastic la ce mă ajută amânarea.

Amânarea satisfacerii nevoii mă ajută să ies din egocentrism care are la bază satisfacerea mecanismului primitiv de ingerare.

Hai că îmi părea bună explicaţia. Însă cum funcţionează mecanismul?

Individul baleiază ca un sugar între control şi dependenţă, nu îşi găseşte starea de echilibru.

Da, eu eram! Ce puteam face?

Am primit drept temă să observ cum amân plăcerea şi compulsia.

(3 – FRICA DE RESPINGERE ŞI RĂBDAREA) 12 decembrie 2010

Nu reuşisem să observ cum amân eu plăcerea şi compulsia în afară de cazul repetitivului act al bâţâielii. Pe care încă îl tot amânam. Nu trecea săptămână în care să nu simt măcar de câteva ori nevoia de a mă bâţâi.

Îmi foloseam toată amânarea în a nu mă mai bâţâi. Nu mai aveam de unde să scot amânare din mine. Aşa credeam. Evident mă simţeam de nimic. Mă gândeam eu că Jung ar fi spus că nerăbdarea mea în a obţine un succes răsunător era o dovadă de inferioritate morală.

Din păcate nu am spus acest lucru la terapie şi m-am scufundat în ce mi se prescria şi anume că mă bâţâisem *pentru că aveam nevoie de afecţiune şi o ceream distorsionat din frica de a nu fi respinsă*. *Era necesar să trec peste frica de respingere*.

De la atâta respingere am început să spun că era normal să am frică de respingere pentru că îi simţeam pe ceilalţi ca fiind falşi şi nefericiţi. Ce puteau să-mi dea ei?

Mi se părea că atinsesem o coardă sensibilă a persoanei cu care făceam terapie. Sigur avea sentimente de nefericire şi falsitate de îmi tot înainta respingerea.

Noroc că şi-a schimbat discursul.

Mi-a spus că *incapacitatea mea de a-mi amâna nevoia de plăcere îmi distorsionase spaţiul aşteptărilor, al manifestărilor, al motivaţiilor şi al reprezentărilor*.

Părea o argumentaţie bună. Cum obţineam eu răbdarea?

Mi s-a vorbit iar despre blocajul afectiv şi despre cum era *necesar să îmi manifest emoţia potrivit*.

Am insistat că îmi este frică de ceilalţi pentru că îi văd ca falşi şi nefericiţi. Şi că vreau să fiu în stare să am reprezentări şi motivaţii bune. Chiar dacă nu le prea observam în jurul meu. Numai că şedinţa se apropia de sfârşit. Aşa că am stabilit o şedinţă în ziua următoare.

(4 – DINCOLO DE PLĂCERE) 13 decembrie 2010

Eram cu capsa pusă pe persoana cu care făceam terapie. Am început prin a mă plânge cu o poftă teribilă că X şi Y sunt într-un anumit fel şi din cauza lor nu mă pot eu exprima. Am insistat pe oamenii care caută dovezi de iubire ca să nu se mai simtă trişti.

Spre surprinderea mea mi-au fost prezentate câteva *elemente specifice fixaţiei orale*: *dependenţă*, ingerare *permanentă*, *isterie*, *consum permanent* (*bârfă*).

Imediat m-am burzuluit. Adică bine bine, ştiam că eram încă în stare de dependenţă şi uneori isterică, dar nu-mi rodeam unghiile, nu mâncam compulsiv şi bârfeam arareori. Nu din plăcerea bârfei ci din dorinţa de a afla mai multe, sau întru a plasa un crâmpei de informaţie, sau pentru a înciuda pe cineva.

După care am început să mă văicăresc că de fapt mă preocupau relele mele. Mă simţeam prost că nu puteam să mă duc dincolo de plăcerea compulsivă.

Cred că persoana de la terapie se prinsese că o luasem în derâdere şi s-a răzbunat. Mi-a propus să fac o *regresie în cazul disconfortului*.

Adică cum?

Dacă aici nu ţi-e bine, unde era mai bine, în uter la mama?

Am început să râd în hohote. Persoana de la terapie s-a contaminat şi a râs. Atmosfera s-a destins. Am întrebat de ce îi tot învinovăţeam pe ceilalţi.

Dacă observ ceva la celălalt atunci conţinuturile observate sunt şi ale mele. Dacă nu le-aş fi experimentat cum aş fi putut să le observ? Drept urmare, cum e la mine?

Mă pocnise un junghi în zona gâtului.

Evident că am început să mă plâng că mă doare şi să

mă întreb care o fi fost cauza. Am primit un feed-back la care nu mă aşteptam. Mi s-a spus că *gâtul e zona de exprimare şi expresivitate emoţională*. Am fost invitată *să îmi dau voie mă exprim aşa cum simt*.

Imposibil, doar nu era să spun că aveam impresia că persoana de la terapie se simţea tristă şi falsă şi de aceea îmi tot înainta discursul cu respingerea. Şi dispreţuiam acest lucru.

M-am rezumat la a întreba ce se întâmplă atunci când mă exprim aşa cum simt.

Apare afirmativitatea. *Se reduce dependenţa*. Adică ce?

Se reduce canibalismul, fixaţia orală.

Habar nu aveam cum stăteau lucrurile cu acel canibalism. Simţeam că avea legătură cu mine. Însuşi cuvântul îmi plăcea. Dar nu am îndrăznit să întreb mai multe, doar am insistat pe avantajele de a mă exprima aşa cum simţeam.

Persoana de la terapie mi-a dat-o că *iubirea nu poate coexista* cu frică. Mă omora cu prelegerile despre iubire, sunau ca o predică despre iubirea lui Hristos. Încercam să văd legăturile cu iubirea şi ce făceam eu. Aşa că notam. Pentru ca în cele din urmă să-mi dau seama că eu înţelegeam iubirea în mare parte ca o stare derivată dintr-o acţiune. Atunci însă nu pricepeam de ce se ajungea la iubire când nu era cazul.

Aşa că am preferat să schimb cursul discuţiei şi să vorbesc despre petrecerea sărbătorilor de iarnă cu grupul de prieteni. Mi-a fost prezentat binomul egocentrism-alocentrism. Hopa, un cuvânt nou! Alocentrismul este tendinţa de focalizare a interesului personal spre ceilalţi, mai mult decât spre sine. Am fost sfătuită *să văd şi nevoile grupului, să le respect şi să corespund la ele în măsura în care acest lucru corespunde nevoilor mele*.

Fâs psihologic, eu vreau să ajung la ordine şi disciplină, dincolo de plăcere.

(5DE LA METAFORĂ LA CONCRET) 20 decembrie

2010

Cum se apropia Crăciunul bineînţeles că îmi cumpărasem un brad. Mare de tot, abia l-am putut căra pe scări împreună cu o prietenă şi doi trecători amabili. Pentru ca apoi să petrec aproape două ore doar în a-l aranja într-o poziţie verticală cât de cât stabilă. Pomul era mândria mea cea mare în acel moment, am trecut peste vrerea mea de a nu mai recurge la Jung. Am prezentat bradul de Crăciun împodobit ca simbolistică a sinelui.

Am vorbit despre pomii de Crăciun din anii trecuţi. În 2007 nu a existat pentru că fusese anul accidentului, care mă cam decentrase de propria-mi persoană. În 2008 a fost destul de amărât deoarece eram în plină manifestare de bubă, bâţâială, mirosit, substanţe psihotrope, marijuana, ciuda pe colegii de master mai bine pregătiţi. În 2009 am încropit un brăduţ mai frumuşel, dar nu cine ştie ce, abia începusem terapia şi rezultatele aveau să apară. Şi în anul 2010 împodobisem o imensitate de brad, care a necesitat o strunire puternică din partea mea şi a celorlalţi pentru a fi aşezat cât de cât drept.

Corelasem mărimea bradului cu mărimea inconştientului căruia îi dădusem voie să se manifeste în spaţiul conştiinţei. Pomului crease harababură la fel ca şi inconştientul meu scos la lumină. Am avut nevoie de ajutorul celor din jur pentru a struni bradul la fel cum aveam nevoie de sprijinul terapeutic în a-mi struni inconştientul.

Iar intrasem în basm jungian.

Persoana de la terapie a insistat să explic ce presupunea acea strunire. Eu i-am dat-o cu să mă aşez pe drumul firesc, să-mi fie bine, să mă individualizez. M-a îndemnat să fiu mai specifică, eventual să mă gândesc la ce aşteptări am de la mine pe viitor. Aşa am ajuns să scriu o întreagă listă în agendă:

Încredere în general încredere în intuiţie disciplină seninătate relaxare perseverenţă/constanţă rigoare imaginaţie joc emoţie iubire

Nu am avut vreme să tratez fiecare punct în parte, tocmai de aceea am stabilit următoarea şedinţă peste două zile. Totuşi, la final s-a insistat pe punctual şase. A interpretat perseverenţa ca a fi în acord cu mine şi cu ceilalţi, căci perseverenţa poate avea şi urmări nefaste. Cică mai bine *transformam perseverenţa în constanţă*. Aşa am adăugat constanţa lângă perseverenţă.

„Dacă perseverenţa e mai mult decât se cuvine poate aluneca în încăpăţânare şi orgoliu”.

Îmi venea să-i zic că fac pipi pe orgoliul domniei sale şi al mămicuţei de-i dăduse viaţă.

(6 – DE LA JOC LA EXPRIMARE) 22 decembrie 2010

Am luat fiecare dintre cele unsprezece aşteptări şi am tratat-o. Mi s-a prescris *să exprim ceea ce îmi place şi ceea ce nu îmi place, pentru a nu mai acumula furie, frustrare şi a nu mai apărea jocuri de putere*.

Voiam/îmi doream ceva, din start îmi cream nişte aşteptări legate de cum vor reacţiona cei din jur la trebuinţele mele. De cele mai multe ori percepeam mai multe variante în care lucrurile ar fi putut avea loc – primesc; sunt acolo cu mine dar îmi dau mai puţin; nu primesc; sunt ignorată; mă bagă în seamă; nu mă bagă în seamă; mă trimit la plimbare; îmi dau mai puţin decât vreau.

Ce era să spun? Că îmi plăcea să mă joc cu aşteptările pentru că voiam să fac şi să primesc cât mai mult şi nu îmi plăcea că mi se vârau pe gât respingerea şi iubirea?

Am luat cele 11 puncte la puricat.

„Încrederea în general” era ca un sfânt Graal pentru mine. Cică *îmi construiam o pseudo-încredere prin jocurile de control şi putere*. *Era necesar să trec dincolo de jocurile de putere, să mă exprim direct şi natural pentru a accede la acea încredere*.

Cum fac asta?

Prin răbdare şi stare de prezenţă.

Îmi păreau nişte prescripţii obscure. Mai ales că dacă

era să mă fi exprimat direct aş fi jignit, ceea ce nu ar fi făcut decât să işte şi mai multe jocuri de putere. Drept urmare am început să mă vait că îmi lipsea 2”. Încrederea în sine”. Mi s-a prescris tot răbdare şi stare de prezenţă. Mă simţeam într-un cerc vicios.

Am trecut la 3. „Disciplina”. O aveam cât de cât în mine numai că o puneam în act doar atunci când nu se mai putea altfel, când îmi ajungea cuţitul la os. Altfel preferam să mă joc, să fac harababură şi haos, că era mai amuzant. Mi s-au recomandat tot răbdarea şi starea de prezenţă.

„Seninătatea” o vedeam ca împăcare cu sine. Mi s-a vorbit despre *acceptare*, *calm*, *solidaritate cu ceilalţi*, *blândeţe*. Şi evident exprimarea emoţiilor dincolo de jocurile de putere.

„Relaxarea” a fost un punct nevralgic, mai făcusem pe la începuturile terapiei câteva exerciţii de relaxare şi cu greu intrasem în stare. Cică *dacă exprim liber dispare şi permanenta tensiune a performării*.

„Perseverenţa” am considerat că o abordasem destul în şedinţa precedentă aşa că am trecut rapid la următoarea. Eu ştiam că pot fi perseverentă şi nu voiam să-i arăt asta agentului. Speram să-i surprind domnia obidită de atâtea emoţii exprimate cu o mare dovadă de perseverenţă.

„Rigoarea” era ceva ce îmi doream dar mă tensiona teribil căci nu lăsa deloc loc pentru plăcerii. Am fost atenţionată *că e posibil ca la un moment dat să cad în sfera workaholicului*. Mi se păreau baliverne. Oricâtă rigoare aş fi băgat tot nu aş fi ajuns să mă fi spetit sau epuizat muncind, la ce poftă de viaţă şi hedonism aveam în mine. Voiam să le mai disciplinez!

„Imaginaţia” era ceva ce consideram că am din plin şi-mi plăcea acest lucru. Mi s-a spus *că afectul nemanifestat*, *consumat doar în fantezie duce la ciuntirea potenţialului oricărui individ*.

„Jocul” îl practicam din plin. La terapie mă jucam de-a exprimarea. Evident că nu o spuneam şi discutam despre

cum *era necesar să ies din spaţiul jocurilor de putere şi să mă bucur real de ceea ce era în jurul meu aşa cum se bucură un copil adaptat atunci când se joacă*.

„Emoţia” şi „Iubirea” au fost lăsate în pom, că tot venea Crăciunul şi aveau loc berechet să stea în marele meu brad. Oricum le trecusem de dragul jocului cu persoana cu care făceam terapie.

(7 – EMOŢIE EXPRIMATĂ) 28 decembrie 2010

Am început şedinţa în trombă, mă văicăream că nu sunt în stare să-mi observ stările în solitudine, aşa cum făcea Jung, căci uneori încă mi se făcea frică atunci când eram singurică. S-a insistat să explic de ce, să denumesc obiectele fricii şi să-l las pe Jung în pace.

Uneori aveam senzaţia că nu sunt în largul meu în singurătate, îmi lipsea prezenţa oamenilor. Am zis că probabil mai aveam reziduuri ale vechii mele frici de întuneric. Persoana de la terapie a venit cu o altă perspectivă, cică *bucuria e ciuntită de dependenţă*. *Aveam o dependenţă de lucrurile exterioare în a mă simţi bine şi pe fondul acesteia simţeam solitudinea ca pe o închidere*.

Şi cum ajung la solitudinea a bună?

Mi s-a spus că *suntem rezultatul grupului, mai întâi supravieţuim* (*copilul abia născut nu poate supravieţui de unul singur*) *apoi ne formăm în cadrul unui grup* (*familie, prieteni, şcoală, slujbă*), *pentru ca apoi să returnăm ce am primit. Adică afirmativitate şi integrare*.

Eu am înţeles că dacă individul integrează normativitatea socială, atunci este echilibrat din punct de vedere afectiv şi aşa poate sau nu accede la acea individuaţie de care vorbea Jung, sau acea auto-realizare specifică treptei a cincea din Piramida lui Maslow. Dacă nu m-aş fi revoltat şi aş fi integrat regulile atunci aş fi fost bine.

Mi s-a răspuns că *acel dacă e dovada unei condiţionări, denotă o lipsă de libertate interioară, mă învârt în jurul cozii şi pendulez între reactivitate şi capriciu*.

M-am justificat că nu-i musai ca orice individ să sufere un proces de individuaţie. Dar pentru a fi echilibrat din punct de vedere emoţional/afectiv trebuie să integreze structura emoţională, socială şi normativă ce l-a înconjurat de-a lungul timpului şi să se exprime normal şi constant.

Ce puteam face ca să nu mai fiu reactivă?

Să fii atent la ce se întâmplă, la bine şi la rău, observând, fiind deschis atât la noutate, cât şi la a integra mai multe activităţi de acelaşi fel într-un tipar. Din observarea atentă a exteriorului trecută firesc prin judecata interioară (fără tensiune) pot scoate căi adecvate de a acţiona.

Super! Exact ce îmi doresc, dar nu pot să fiu atentă!

Observă-ţi emoţiile, pune-le în cuvânt! Emoţia nu mai face stază atunci când este experimentată, exprimată, rostită.

Oribil, deci nici măcar la experimentarea emoţiilor nu mă pricepeam. Cum mă condiţionez să experimentez emoţia?

Condiţionarea înseamnă stază emoţională.

Staza aceea mă scotea din minţi.

(8 – DE LA REACTIVITATE LA CONSTRUCŢIE I) 3 ianuarie 2011

M-am tot gândit la condiţionarea emoţională. Am luat-o pe mama la rost că nu mă învăţase să îmi exprim emoţiile cum trebuie. S-a finalizat cu frecuş şi ceartă. Am povestit.

Mi s-a spus *să ţin cont de celălalt, să nu-l mai neg. Construcţia de sine e asumată, preparată, nu se face pe „mormântul" celuilalt.*

Da? Cum se face?

Mi-a recomandat să mă uit la basme. Acolo personajele *fac alegeri în funcţie de cum îşi construiesc drumul, de ce presupune acesta. La final personajul îşi construieşte identitatea, autenticitatea, e o persoană matură.*

Sigur că da! Doar se luptă cu zmeii şi forţele răului

care îi ies în drum. Aşa cum şi eu trebuie să mă lupt cu toate prostiile pe care le-am dobândit din cauza familiei.

Am declanşat un nou discurs despre negare.

Cică *mă construiesc şi ajung la identitate fără a-l nega şi blama pe celălalt, construiesc binele interior bazându-mă pe binele din exterior. E nenatural să am pretenţia construcţiei, dar eu să fiu în exterior sconcs*.

M-a amuzat premisa sconcsului. Făceam haz de necazul meu de a fi incapabilă să mă dezvolt şi construiesc ca oamenii normali.

Mi s-a spus că *dincolo de a pune în act reactivitatea, e de pus în act construcţia. Creşterea autentică presupune construcţie şi nu reactivitate*.

Oho, era ceva complex. Da cum faci ca să treci de la reactivitate la construcţie?

Mi s-a explicat că e un proces de durată. Am insistat să mi se expună paşii. Se iscase o discuţie aprinsă. Nu mai era timp, şedinţa se apropia de sfârşit. De aceea am stabilit ca la şedinţa următoare să tratăm acelaşi subiect şi următoarea şedinţă să dureze două ore. Ca să îmi exersez şi răbdarea.

(9 – DE LA REACTIVITATE LA CONSTRUCŢIE II) 10 ianuarie 2011

Am început şedinţa furios, punând reactivitatea mea în cârca decedatului meu tată. El făcea haz de necaz şi de multe ori parcă mă încuraja să fac tărăboi şi atmosferă. De ce nu-mi explica că nu e potrivit ce fac şi-mi ţinea isonul?

Mi s-a spus *nu are niciun rost să culpabilizez pe cineva pe care nu-l pot confrunta. Tata nu mai este şi nu am cum să mă eliberez de furie, pe care o voi purta mereu cu mine. E o alimentare a furiei fără o rezolvare*.

Cum se rezolvă furia?

În momentul în care omul şi-o asumă.

Păi ce nu o asumam, dacă o puneam la înaintare?!

Mi s-a spus *că furia poate lua forma măscărelii şi a tărăboiului*.

Adică furia e mascată? Da, îmi asumam o sumedenie de măşti în a interacţiona cu lumea. Ca să mă amuz pe seama manierismelor şi obişnuinţelor văzute în jurul meu.

Am fost invitată să trec ceea ce înţeleg eu ca fiind o mască prin mai multe situaţii. *Să aflu cum interacţionează*, *ce-i determină apariţia*, *ce resurse utilizează*, *cum interacţionează cu celelalte măşti*, *cum se converteşte în celelalte măşti*.

Era o introspecţie cu un grad prea mare de complexitate. Parcă făceam fizică cuantică şi nu psihoterapie.

Am zis că voi încerca să aflu pentru data viitoare. Mă comportam ca la şcoală, îmi luam o temă.

După care, ca să scap de tensiunea performării unei explicaţii savante, am început să vorbesc despre basmul meu preferat din acel moment, Harap-Alb. Mă fascinau drumul iniţiatic al eroului şi prieteniile sale cu cei excluşi de societate – Fomilă, Setilă, Ochilă, Păsări-Lăţi-Lungilă, Gerilă. Şi că reuşiseră să ducă cele mai dificile sarcini la bun sfârşit.

Mi s-a spus că cei *cinci sunt o metaforă a patimilor noastre*.

Da, puteau fi foamea, setea, curiozitatea nestăpânită, încălcarea spaţiului personal al celuilalt (Păsări-Lăţi-Lungilă putea ajunge în cele mai interzise şi de neatins locuri), frica de intemperii – drobul de sare-Gerilă.

Cică acele patimi *puteau fi alchimizate*, *adică folosite cu rost*.

Ohoo, persoana de la terapie îmi dădea pe la nas cu noţiuni Jungiene. Dar despre titlul basmului ce părere avea?

Că era o *invitaţie la a reflecta la ambivalenţă şi la a relativiza lucrurile, la a vedea din mai multe perspective*.

Eu aş fi zis că Harap-Alb era şi bun şi rău. Şi nu îi era frică să facă ce-i spunea lui inima, să o ia pe căi neortodoxe, ca să reuşească. Dar m-am abţinut. Nu se făcea să îmi arăt firea speculativă. Căci eram dojenită, mi

se arăta că eram manipulatoare. Şi nu mai obţineam nimic. Am tăcut.

Mi s-a spus acel basm era o *pildă pentru a-ţi relativiza însuşirile şi a le sintetiza într-un tot unitar*.

Cum se face?

Prin alegere. *Asumându-mi alegerea*.

Şi ce se întâmplă?

A-mi asuma alegerea are consecutiv bucuria, mulţumirea. *Atunci când pasez responsabilitatea nu am cum să-mi manifest bucuria în plenitudinea ei*.

Nu consideram că îmi pasam responsabilităţile cotidiene altora. Îmi vedeam de treabă, de chirii şi combinaţii. O mai jecmăneam pe mama de bani, dar îi puneam bine la păstrare. Nu eram cheltuitoare. Îmi achitam facturile la timp. De câteva ori îmi împrumutasem prietenii cu bani. Luasem şi o mică dobândă. Când promiteam că voi face ceva atunci sigur o făceam. Avusesem grijă de bunica înainte ca ea să moară. Mi se părea nedrept că mi se punea în cârcă lipsa de responsabilitate.

Dar mă simţeam vinovată că nu eram în stare să îmi scriu dizertaţia şi să mă angajez ca un om normal, să am un program de opt ore şi o carte de muncă.

Mă gândeam că pot fi considerată iresponsabilă deoarece evitam să mă încadrez în sistemul obişnuit. Totodată poate că eram iresponsabilă deoarece îmi învinuiam familia pentru bâţâiala şi tendinţa mea de a lua lucrurile în joacă.

Nu am putut să-mi articulez nemulţumirea faţă de premisa lipsei de responsabilitate.

Am îmbrăţişat-o. Am spus că lipsa mea de responsabilitate e compensată de măscăreală şi jocuri de putere. Am ajuns şi la ce mă preocupa cel mai tare, lipsa mea de încredere în mine.

Mi-a spus că *alegerea îmi favoriza încrederea în mine*. *Lipsa alegerii mă duce „la aoleu ce mă fac” şi la o incapacitate de a mă motiva*.

Zbang! Îmi dăduse cu tifla. Parcă îmi zisese că nu eram în stare de nimic. Era o reprezentare distorsionată şi exagerată, însă nu o puteam stăpâni.

Ca să dovedesc că nu eram de nimic m-am aventurat să îmi explic mecanismul lipsei de încredere. Am adăugat şi lucrurile ce mi se prescriau şi le dispreţuiam.

Am scris aşa:

Lipsa de încredere à 1. Blamare, 2. Făcut în ciudă, 3. Neasumare, 4. Narcisism, 5. Măşti, 6. Reproş, 7. Joc de putere, 8. Egoism, 9. Iresponsabilitate, 10. Paranoia, 11. Fantasmare, 12. Frică, 13. Aşteptări prea mari. La baza lipsei de încredere e afectul nemanifestat. Din el nu reiese doar lipsa de încredere, ci şi o teamă permanentă de abandon şi ticurile

Persoana cu care făceam terapie părea mai mult decât mulţumită. Deci reuşisem!

Dar în sinea mea ştiam că era o tâmpenie ce structurasem. Lipsa mea de încredere era dată de frica de a nu da greş şi de a fi pedepsită pentru felul meu speculativ de a vedea lumea. Nu aveam nici teamă de abandon, nici frică de respingere, sau iresponsabilitate, ci doar un mod pulsional şi speculativ de a interacţiona cu lumea. Şi o natură compulsivă pe care nu o puneam să facă treabă din frica de a nu da greş. Şi compulsia făcea stază dând naştere la şi mai multă compulsie. Până să-mi dau seama că ticăloasa compulsie era piesa puzzle-ului meu, m-am tot jucat cu tot soiul de reprezentări aberante ale inadecvării mele.

Probabil că am avut nevoie de multă joacă până să trec ad litteram de la reactivitate la construcţie. S-a întâmplat când am zis cu mâna pe inimă şi poftă în vene că voiesc să am un poloboc plin. Adică mi-am asumat natura compulsivă.

Oricât de mult dispreţuiam eu şi atunci prescripţia către asumare şi alegere, ea s-a lipit de sufletul meu.

Până la urmă am folosit-o în acord cu ce eram, o vulpe compulsivă şi speculativă.

Dar până acolo a fost cale lungă. Am trecut prin zeci de şedinţe în care m-am jucat cu conceptele şi aşteptările persoanei de la terapie.

La acea şedinţă am stabilit că acele treisprezece însuşiri care derivau din lipsa de încredere sunt *jocuri psihologice apărute pentru a consuma tensiunea lipsei de încredere*.

Mi se spunea *că am impresia că manifest încredere când aleg* l-*11* (doar nu era ca frica şi aşteptările prea mari să fie legate tot de încredere), *sunt toxice, am iluzia încrederii, care e consumatoare de energie*.

Punctase bine persoana, numai că nu aveam iluzia încrederii, de aceea şi făceam terapie. Aveam doar iluzia unei terapii bune.

Acele jocuri psihologice mi s-a spus că aveau şi *consecinţe*; *tensiune, ciuntirea potenţialului, ură, sadism, agresivitate, competiţie prost înţeleasă*. Era fix ce făceam eu cu terapia. Mă tensionam şi mai şi, nu mai aveam deloc încredere în mine, uram persoana de la terapie, eram din ce în ce mai sadică şi agresivă cu toată lumea. Iar peste câteva şedinţe m-am apucat să citesc Freud ca să-i pot da şi eu cu tifla persoanei de la terapie.

De ce?

Pentru că m-am tot frustrat.

La acea şedinţă mi s-a prescris că *sinteza schemei mele era că venise momentul să am o atitudine activă, punerea în act, soluţie şi construcţie*.

Da, să *mă angajez şi să îmi scriu dizertaţia*. Am intrat şi mai mult în iluzie. Pe angajare nu dădeam doi bani. Aş fi făcut-o numai dacă nu îmi mai ieşeau schemele mele aducătoare de bani. Dar aveam impresia că se punea presiune pe mine să o fac, să mă angajez ca toţi ceilalţi. Şi dădeam impresia că „o să”, odată ce mai fac nişte terapie ca să mă rezolv.,

Dizertaţia în schimb chiar era un mare ghimpe în inima mea. Voiam să o scriu, numai că mă lua un mare nod în stomac la simplu gând de a mă apuca de ea. Dacă aveam

să dau greş?

Am întrebat cum mă motivez. Şi am notat compulsiv.

Vreau, pot, iniţiez, aşa resping teama de eşec, abandonul, dependenţa.

— Cum?

— Să mă întreb ce fac eu concret pentru mine. Cum mă ajut? E pentru mine, îmi asum, mă bucur şi alături de mine şi ceilalţi. Suficientă analiză şi doar atât, analiză de una singură, mergi mai departe, pune în act!

Aham, mi se păreau sfaturi sforăitoare (emfatice) desprinse dintr-o emisiune duminicală. Dar, cine ştie, poate aveau să meargă, dacă le notam şi mă mai uitam pe ele.

Mi-a scăpat însă un *„săraca de mine”*.

Evident că am fost întrebată *„De ce?”*

Am notat-o pe „săraca de mine” în agendă de ciudă că nu aveam curaj să îmi asum un simplu şi încrezător SĂ FAC şi mă dedam la o volbură iluzorie în terapie.

Apoi am început să mă văicăresc *că mă las purtată de măşti, că îmi pun singură beţe în roate şi nu ştiu cum şi ce să fac ca să fiu cea mai bună.*

Mi s-a spus că *„văleleul” împiedică atitudinea activă. Soluţia era să folosesc cuvintele potrivite atunci când îmi descriu stările, să trec dincolo de registrul superlativului. Mă aflam într-o confuzie între „cea mai amărâtă” şi „cea mai bună”. Confuzia e diametral opusă alegerii.*

Mi se emisese o perspectivă lucidă. Uneori tendinţa mea către excese mă cam confuza.

— Şi ce fac să ies din confuzie?

Cică era necesar să mă întreb: *„Sunt în acord cu ce aleg?”; „De ce aleg?”; „Cu ce sunt în acord?”*. Şi la *semnalele din exterior, ia-le şi reflectează asupra lor, că poate apărea proiecţia.*

Ideea de a sta şi a reflecta mi se părea tare bună. Pentru că îmi lărgeam câmpul conştiinţei.

Mi-a zis prin reflectare *trec de la ambivalenţă şi*

manifestări contradictorii la acord, coerenţă şi alegere.

— Şi până la urmă alegerea asta ce este?

— *Este o sinteză între motivaţional, potenţial, afectiv, intelectual, volitiv, comportamental şi valoric*.

Dar, fatalitate, apăruse vechea mea problemă legată de conştiinţa propriilor valori.

Voiam să mă plâng un pic dar nu mai era timp. Se scurseseră două oare şi nici nu îmi dădusem seama! Mi-am luat ca temă pentru şedinţa viitoare: *„care sunt valorile mele*?”. Iar pentru că şedinţa se dovedise productivă într-un interval de două ore, a rămas să lucrez tot aşa de atunci încolo.

Entitatea îmi acorda mai mult timp şi îmi lua mai mulţi bani. Nu prea îmi convenea. Dar în virtutea exersării răbdării am acceptat.

(10 – VALOARE ŞI EXPRIMARE) 17 ianuarie 2011

La începutul şedinţei am spus că valorile mele erau *echilibrul, prietenia, plăcerea şi frumosul*.

Am fost întrebată de ce sunt acelea relevante pentru mine. M-am cam blocat. Tot ce am putut să spun a fost că toată lumea ştie ce-i aia prietenie. Apoi am cerut să mi se explice cum stă treaba cu celelalte trei.

Echilibrul era *o nevoie, o valoare şi un standard*. *Plăcerea era necesar să o înţeleg cu accepţia de bucurie, căci de una singură va tinde către zona maximei saturaţii*. *Frumosul putea fi echilibrul şi iubirea*.

Cam tautologică explicarea frumosului. L-aş fi definit ca sublim. Dar am preferat să mă joc un pic şi am întrebat ce era o valoare.

Valoarea e ceva ce poate fi valorizat de tine însuţi cât şi de societate. Cogniţia asociată cu afect şi motivaţie devine atitudine şi apoi valoare.

Mi-a dat exemplu *iubirea şi dragostea. Iubirea are nota de necondiţionalitate iar dragostea nota de sexualitate şi tinde către iubire când e valorizată şi semnificată în acest fel*.

Mă omora cu iubirea necondiţionată. Am început să

mă zbârlesc că de ce trebuie să insistăm atât cu iubirea. Înţelegeam că nu o exprimam şi mă înfricoşam că poate nu eram capabilă să o simt ca toţi ceilalţi. Mă zbuciumam a disperare.

Să exprimi ce te deranjează asertiv, fără exagerare emoţională.

Da, puteam să fiu mai puţin exagerată în manifestări. Aşa, ca o atitudine constantă. Însă nu era pe placul meu. Îmi plăceau intensitatea şi spectacolul. Eram moderată doar atunci când voiam să obţin ceva şi ştiam că prin exagerare nu o pot obţine.

De ce să fi trebuit să fiu mereu fără exagerări?

Ca să te preschimbi. Neprimenind nu pot avea aşteptarea unei dezvoltări. Când îţi asumi dezvoltarea ai beneficiu. Când pui „trebuie" te blochezi.

La fel de tare mă bloca şi termenul de primenire. Mi se părea că era folosit obsesiv. Şi la fel de obsesiv se insista cu iubirea. Îmi venea să-i zic că e terapie, nu o comuniune cu enoriaşii bisericii.

În loc să fac de ocară discursul bisericesc am început să turui vrute şi nevrute despre copilărie şi familie, cum m-au determinat ei să mi-l reprezint pe trebuie într-un mod eronat.

A început să mi se vorbească despre principiului realităţii. *Copilul, când începe să-şi amâne nevoia de a-şi satisface imediat plăcerea ia cunoştinţă cu principiul realităţii. Amânarea e o supunere la principiul realităţii. Nu mai există trebuie, ci amânare şi asumare. Asumarea pe principiul plăcerii nu are cum să fie o valoare, e o asumare îngustată şi infantilă. Asumarea înseamnă implicare*.

Mi-a căzut cu tronc ideea de implicare, voiam să mă implic cât mai mult şi mai bine. Şi dacă nu zic „trebuie", atunci ce ar fi?

Pasiunea care e diferită de rutină şi trebuie lăsat deoparte trebuie, înlocuit cu:

sunt mulţumită că…

Îmi place că…

am beneficiu e interesant e dezvoltator (era chiar cuvântul persoanei de la terapie – eu aş fi spus stimulant)

e competitiv e frumos a păstra starea prezenţei.

Plescăiam a pagubă. Mi se păreau nişte motivaţii robotice, dar am zis să le dau o şansă, că cine ştie. Însă parcă începusem să mă obişnuiesc cu prescripţia de a-mi păstra starea prezenţei. Chiar voiam să o am, ca să-mi lărgesc câmpul conştiinţei. Îmi părea ceva valoros.

Mi-a subliniat că *este simplu să fiu în stare de prezenţă*. Apoi m-a îndemnat *să investesc afectiv demersurile mele întru constanţă, să încep să văd beneficiul real, să nu mă mai duc în surogate şi substituiri.*

Adică cum?!

De exemplu *să toxifiez trecutul prin „dacă”* (*aş fi făcut, aş fi fost*). *Toate se întâmplă la timpul lor.*

Apoi s-a insistat pe *asumarea prezenţei ca plăcere* (*bucurie*) şi *diferenţa dintre flexibilitate şi amalgam.*

Amalgamul şi ambivalenţa îi sunt specifice copilului, acesta nu discriminează şi nu îşi asumă.

Mă plictisisem.

(11 – BUCURIE ŞI STARE DE PREZENŢĂ) 24 ianuarie 2011

Mi-a vorbit despre *bucuria ce oferă o valoare superioară plăcerii.*

Da, nu eram un om bucuros, ce era de făcut ca să fiu?

Să-mi construiesc starea de prezenţă. A te păstra prezent e o deprindere. Se formează în timp, repetată de suficiente ori. Deprinderea de a fi prezent poate acţiona şi ca atenţie post-voluntară. Aceasta se întinde natural pe o durată mai mare de timp şi înglobează din ce în ce mai multe aspecte ale realităţii.

Cum se înglobează cât mai mult?

Prin amânare şi prezenţă. Apare o unitate între a gândi, a simţi şi a face, ceea ce este optim. Atunci când gândesc şi fac fără să pun afect apare manipularea.

Nu eram de acord că în manipulare nu se punea afect. Era afect ca în orice altceva. Doar că era bine conştientizat şi stăpânit.

M-am detaşat şi nici măcar nu am mai scris. Mi se părea că se încerca să mi se pună la zid spiritul manipulator. Nu voiam să mă fac din vulpe oaie. Înţelesesem că bucuria e conectată cu lărgirea câmpului conştiinţei şi îmi era suficient.

(12 – BINELE CA VALOARE OBIECTIVĂ) 1 februarie 2011

Am început prin a discuta despre necesitatea prezenţei permanente în faţa propriei persoane şi a realităţii. Mi se spunea că *orice pauză poate duce la regresie*.

Regretam că nu fusesem prezentă de mai de mult.

Mi-a spus că *plânsul de milă pentru timpul pierdut duce la şi mai multă pierdere de timp, e însăşi un timp pierdut. Benefic e să am o atitudine activă, văicăreala e cantonarea în pasivitatea trecutului*.

Apoi m-a întrebat ce îmi doresc eu de la mine pe viitor. Ce înseamnă să-ţi doreşti ceva?

A dori presupune o unitate între voinţă, raţiune şi afect. Atunci eu am revenit la întrebarea adresată înainte şi am spus că îmi doresc calităţi şi atribute care să-mi fie de folos în viaţă, în viitoarea profesie.

În faţa acestui răspuns a venit cu un fel de înţelepciune populară, mi-a spus *„cere şi ţi se va da”*. Adică?

Să numesc, să formulez clar ceea ce îmi doream. Odată cu punerea în cuvânt, cu formularea potrivită, se prepară resurse la atât la nivel inconştient cât şi conştient. Alegerea e secvenţă parte din decizie. Decizia însemnă delimitare. Delimitarea angrenează resurse conştiente şi inconştiente.

Vreau binele ca valoare obiectivă! Stimă de sine! Şi să nu mai fiu vulnerabilă! Să nu fiu influenţabilă şi să am o imagine de sine deformată.

Mi s-a prescris că stima de sine apare ca urmare a unei construcţii, a unor bucurii şi realizări.

Nu consideram că aveam realizări. Mă frustra teribil. Dar simţeam eu că le voi face într-un fel sau altul.

(13 – ASUMAREA VIDĂ) 7 februarie 2011

Mă uitasem pe notiţe şi observasem cum mi se tot subliniaseră chestiuni afective. Îmi doream să aflu cum aflu cum se dezvoltă oamenii din punct de vedere afectiv.

Voiam să fiu în stare să-mi descriu specificul însă asumarea, starea de prezenţă şi dezvoltarea mi se păreau deja nişte noţiuni ce se potriveau mai degrabă în descrierea obiectivelor unei companii. Nu ale unui om. Totuşi mă disociam de acea reprezentare, îmi spuneam că aşa trebuie, că toată lumea zice că e bine să asum.

Mi s-a descris *evoluţia afectivului la copil*. Am scris compulsiv în agendă tot, deşi ce avea loc sub primii cinci ani de viaţă îmi părea derizoriu.

Îmi venea greu să cred că *la trei ani începe diversificarea afectivă de îndată ce copilul începe să accepte amânarea. Că e prima lecţie de frustrare, învaţă să îşi pună lucrurile în ordine*.

M-a înfuriat să aflu că *la 5 – 6 ani începe manifestarea independenţei. Copilul decide, alege, dacă îi sunt stimulate premisele interioare de a spune da*.

Eu spuneam mereu nu! Pentru că mi se spunea nu!

Degeaba îmi spunea şi eu notam despre *bucuria că ceea ce ai ales e potrivit, nu mai ai nevoie de gratificări, aprobări/dezaprobări. Îţi dai seama că ai resursele necesare, acceptă să creşti*!

Nu credeam.

Mi s-a explicat că din *afirmativitate derivă încrederea, apare conştiinţa resurselor şi este exprimată bucuria*.

M-am blocat. Nu puteam să spun ce resurse aveam.

am disociat. Am intrat în spaţiul arid pe care îl asociam cu obiectivele companiilor. Mă gândeam că era bine să fac aşa dacă voiam să ajung şi eu undeva. Cu tot cu

persoana de la terapie am stabilit că *la mine*, *funcţionarea pe principiul plăcerii putea fi înlocuită cu asumare, principiul realităţii, independenţă, asumare coerentă*.

Şi că problemele mele erau *incapacitatea de a da dezinteresat* şi *permanenta căutare a gratificării*. Erau *dependenţe* şi semnalau *teama de abandon*. Mai era şi *frica de eşec compensată de narcisism*.

În sfârşit pusesem în cuvânt ce mă durea şi conta mult, frica. Din păcate nu am explorat-o.

Eram prea furioasă în adâncul şi nu realizam ce mă omora, frica.

Mi se declanşase o patimă aprinsă căci aveam impresia că eram văzută ca o companie ce necesita să îşi asume obiective de creştere şi că nu învăţasem la timp să spun da.

Ca să nu explodez în plină şedinţă m-am concentrat pe ideea de a găsi soluţii la problemele mele. Adică să înghit şi să scriu. O metodă prin care m-am înfuriat şi mai tare în adâncul meu.

Da, era necesar să fiu *aici şi acum*, pe *principiul realităţii*, să am o *reprezentare reală, pertinentă a situaţiilor*, *fără să pic în extreme*. Doar că nu ştiam cum să o fac.

Da, puteam *a vedea* (*concepe*) *acţiunile pe care le fac ca pentru mine* (*creşterea mea*) *şi nu pentru ceilalţi, gratificare, sau pe principiul „fă tu în locul meu”*. Dar acel „fac pentru mine” mi se părea o regulă netoată. Ideea e să nu îţi fie frică să faci. Atât. Cel puţin în cazul meu.

Da, era indicat să am *reprezentarea pertinentă a propriei fiinţe, o privire obiectivă a realităţii*. Însă cum le obţineam? Cică *construcţia porneşte de la interior către exterior*. Pârţ şi basm jungian.

Da, mă puteam întreba *Cine sunt eu*? *Ce aştept eu de la mine*? *Care e proiectul meu de viaţă*? În afară de *drumul individualizării* nu aveam niciun răspuns. Era îngrozitor! Frustrarea mare era că nu ştiam cine eram şi care era proiectul meu de viaţă. Nu-mi era nimic clar.

Da, aşteptam de la mine să aleg, apoi să îmi asum şi după să ajung la independenţă. Ce să îmi asum? Habar nu aveam. Probabil că însăşi asumarea. Aşa că am întrebat ce e asumarea, apoi am notat conştiincios în agendă.

Asumarea presupune trecerea de la principiul plăcerii la cel al realităţii. Se trece de la infantilism la adult. Asumarea e o sumă de: cogniţie, afect, voinţă, dorinţă, bucurie, înţelegere (raţiune + integrare afectivă, auto-gratificare.

Ce înseamnă asumarea?

Fluiditate – nici prea prea, nici foarte foarte

Blândeţe

Voinţă de cunoaştere

Încredere

Raţiune

Integrare afectivă

Menţinere

Consecvenţă

Verticalitate

Valorizare – bucurie – forţă motrice

Măsură; auto-gratificare, nu mai e necesară valorizarea exterioară

Blândeţea nu avea ce căuta acolo după mine. E pasivă. Nu degeaba se spune „blând ca mielul”. Asumarea e ţâşnitura care te determină să faci.

Înţelesesem că asumarea descinde din voinţă, e trecută prin cogniţie (analiză-sinteză), apoi e investită la nivel de afect, adică valorizată. Îmi asumasem procesul terapeutic însă eram incapabilă să-mi asum un specific al meu. Ceea ce mă frustra enorm şi mă umplea de furie. Pricepusem algoritmul asumării dar nu îl puteam aplica propriei mele identităţi. Pe de-o parte mă simţeam deznădăjduită, pe de altă parte victorioasă că lămurisem asumarea.

(14 – FRUSTRARE ŞI EXPLOZIE) – 14 februarie 2011

furie.

După 13 şedinţe cu prescripţii întru conştientizare, optimizare, asumare şi creştere am făcut explozie de

Inadecvarea ÎMI FUSESE ÎNAINTATĂ PÂNĂ LA REFUZ. Entitatea nu-mi dădea pic de sprijin şi apreciere. Îmi propunea variante de corectare mi se păreau imposibil de realizat.

Practic aveam o conştiinţă mai mare a betegeniei mele şi o incapacitate de a o corecta. Tabloul micimii mele existenţiale m-a umplut de vină. Care s-a transformat într-o grozăvie a furiei. Am vărsat-o pe mama. Entitatea pusese numai paie pe văpăile mele de vină.

A avut loc incidentul cu varza.

Cu vreo două zile înainte de această şedinţă venise mama de la bunica. Începând cu vara anului 2010 mama stătea 2 – 3 – 4 zile pe săptămână la bunica. Pe de-o parte pentru că bătrâna devenise mai nevoiaşă, pe de altă parte pentru că apartamentul bunicii era mai aproape de serviciul mamei.

Cum era un februarie neaşteptat de călduros am decis să scoatem varza murată de pe balcon. Zis şi făcut. Mai întâi am scos zeama şi am aruncat-o la W.C. şi apoi urma să ducem căpăţânile de varză la gunoi. Îmbrac eu o haină la întâmplare şi mă duc să iau găleţile pline cu varză de pe balcon spre a le duce la gunoi.

De îndată ce m-a văzut mama „a luat foc”, a început să se răţoiască la mine. Era indignată că îndrăznisem să iau tocmai haina ei pentru a merge la gunoi. M-am enervat la rândul meu, am scos haina de pe mine şi am aruncat-o peste butoiul cu varză.

O parte a unei mâneci a intrat în butoiul cu varză şi a fost contaminată de zeamă. Văzând acest lucru mama a luat haina şi a îndesat-o pe toată în butoiul cu varză. Am rămas perplexă şi am început să plâng. Adică cum?! Pe mine mă ceartă că îi stric haina şi acum o bagă de una singură în butoi?

Atunci mama mi-a spus: „Dragă, nu mai plânge, ia un Lexotan şi-ţi trece”. Am simţit că mor! Găseam că aveam în

faţă sursa tuturor relele ce îmi erau înaintate la terapie – nehotărâre, amorţeală, nesiguranţă de sine, lipsă de empatie.

În câteva fracţiuni de secundă am simţit şi gândit cam aşa:

Mă ceartă că stric haina, după care o scufundă chiar ea în zeamă. Apoi mă vede că plâng şi mă trimite să iau un Lexotan? Cât de rea poate să fie cu mine? Chiar atât de rău am greşit? Dar nu se face aşa ceva, eu sunt copilul şi nu pacientul ei! Aşa mi-a făcut mereu! Mi-a luat sentimentele ca neînsemnate şi mi-a dat modele rele! E duplicitară şi rea! Din cauza ei sunt eu aşa de neajutorată şi nepotrivită în orice situaţie! Mă doare enorm! Ea este de vină de fapt! Şi nu doar asta! Măcar să aibă un motiv să mă îndemne să iau Lexotan! Lasă că vezi tu acum!

Apoi am văzut negru în faţa ochilor, am fost cuprinsă de furia cea mare. M-am năpustit asupra cuierului din hol, am smuls de acolo o umbrelă şi am atacat-o pe mama. Nu a spus nimic, doar s-a apărat.

Iar eu am simţit un mare vid în stomac odată ce am realizat ce fac.

Am povestit la terapie. Vedeam o faţă copleşită. Empatiza cu mama, nu îşi putea stăpâni emoţiile. Probabil că a fost bine că a făcut-o, chiar dacă un terapeut nu are voie să facă aşa ceva faţă de clientul său. Deoarece mi-a dat o lecţie de empatie. M-a impresionat expresia aceea terifiată. Mă gândeam că avusese ochi să vadă cum la şedinţe nu mă exprimam şi treceam rapid de la o stare la alta, de la disociere la furie. Dar sigur nu se aşteptase să o iau pe mama la bătaie.

Primul lucru care mi s-a zis a fost *că a venit momentul să ies din act, să îmi însuşesc starea de prezenţă, să devin conştientă de ceea ce trăiesc, să nu mai fiu copleşită de furia oarbă*.

Apoi că *la mama canalul afectiv stă sub semnul datoriei*.

Ştiam că mama punea datoria mai presus de orice.

Doar că în cazul meu nu îşi făcuse datoria de părinte ci făcuse pe medicul când nu era cazul.

Mi s-a spus că incidentul s-a bazat pe *trecerea rapidă de la o secvenţă comportamentală la alta. De la neexprimare s-a ajuns la explozie emoţională*.

Normal. Tăcusem în loc să zic că eram deranjată de cearta ei. Putea să mă fi rugat pur şi simplu să-i pun haina la loc. Am acţionat furios, non-verbal, aruncând haina peste butoiul cu varză. Mama a făcut la fel. Bonus, îndeasă toată haina. Încep să plâng. Mama se face medic calm, mă trimite să iau un Lexotan.

Nu ar fi trebuit să mă mire sau să mă doară atitudinea ei din acel moment, deoarece o mai experimentasem de nenumărate ori. Mama se tot raportase la cu mine ca la un pacient de-a lungul timpului. De cele mai multe ori îmi convenea această situaţie. Pentru că astfel terenul era golit de intensitate emoţională şi reuşeam de multe ori să scap cu basma curată. Când făceam vreo prostie şi venea momentul mustrării acuzam varii suferinţe sau dureri fizice care direcţionau instant atitudinea mamei de la cea părintească la cea de medic. Dar în cazul butoiului cu varză nu mă aşteptasem să se facă instant medic.

Persoana de la terapie insista cu *translările de la eu copil la eu adult. Când mama şi-a îndesat toată haina în butoi ea s-a transpus într-un „Eu copil, ca la cinci ani – Îmi bagi mâneca hainei mele în butoi? Na! Uite că o bag eu pe toată!”. Apoi brusc a trecut iar la eul adult – îmi spune să nu mai plâng şi să iau un Lexotan*.

Treaba cu eurile îmi părea răsuflată.

Mi-a fost prezentată translarea între agresor şi victimă.

Da, era bună. Mai întâi eu am fost agresorul luând haina. Mama a fost victima cu haina luată. A devenit agresor. Eu m-am considerat la rândul meu o victimă. Am aruncat haina redevenind agresor. Atunci mama a devenit şi ea agresor din victimă, însă cu un act de auto-agresiune

– îşi distruge propria haină. La văzul unei asemenea contradicţii eu mă percep ca o victimă a feed-back-ului contradictoriu al mamei. Încep să plâng şi prilejuiesc intrarea mamei în rolul de medic. Care mă readuce rapid în rolul de agresor şi încă unul orbit de furie.

Mi s-a evidenţiat că o *mare parte a furiei mele din acel moment se datora faptului că o imitam pe mama*. Ooo, daa! mai ales la ambivalenţă comportamentală. Tot simţeam şi făceam lucruri contradictorii.

S-a recomandat *ieşirea din elementul inconştient al imitaţiei, pentru a trăi în autenticitate şi a nu fi tributară jocurilor psihologice ale generaţiilor anterioare*.

Of, dar mă durea să le duc povara trăsnăilor!

Mi-a zis că *durerea declanşează resurse care să permită primenirea şi apoi înnoirea*.

Îmi venea să mă iau cu mâinile de cap şi să-i zic vreo două. Se credea cumva la spovedanie? Şi-mi dădea penitenţe ca să-mi simt mai bine durerea păcatului? Pentru numele lui Dumnezeu, că tot îl invoca subversiv, studiase psihologia, nu teologia!

Dar ştiam eu că gura bate fundul. Aşa că am tăcut şi m-am amuzat în sinea mea pe seama presupusei pioşenii pe care o aveam în faţă.

Văzând că am intrat în reverie a început să-mi predice necesitatea stării de prezenţă. Şi ce să vezi? A corelat-o tot cu ceva ce părea religios, *abţinerea*. Am scris în caiet şi m-am abţinut să-i spun să-şi vadă de religie la biserică şi nu în terapia mea.

Eram furioasă iar. Cât pe ce să explodez, când mi s-a mai spus că *era necesar să o înţeleg pe mama că îşi negase propriile nevoi de creştere*. Îmi dădeam seama că mă simţeam vinovată pentru ce făcusem şi aruncam vina pe persoana de la terapie. Poate că însăşi entitatea era vinovată pentru ce se întâmplase, căci mă umpluse până la refuz numai cu tâmpenii. Iar eu dintr-o voinţă dusă la extrem de a lucra în concret, clar şi precis, am ajuns să-i înghit toate balivernele. Aveam o speranţă iluzorie că mă

va sprijini să-mi definesc specificul.

Nevoia de creştere chiar îmi părea o nerozie. Orice lucru viu creşte. Cât e viu. E de la sine înţeles.

Oamenilor le este frică, îşi găsesc scuze şi nu fac. Nevoia de creştere era o ipoteză absurdă după mine.

Am tăcut în continuare. M-a întrebat ce am. I-am spus că mi-e ruşine de ce am făcut. A încercat să mă strunească ca la terapia cognitiv comportamentală. Am scris în agendă: *„Ce mă face pe mine să translez din victimă în agresor şi invers*? *Ce mă face să translez din copil în adult*? – *observare*, *prezenţă*!*”*. Evident că nu a avut sorţi de izbândă, eram mâlc.

A încercat altceva, mi-a vorbit despre metanevoi. Pac! M-am activat instant. Îmi mai spusese ceva cu meta la şedinţa ce mă făcuse să renunţ la bâţâială. Nu-mi aminteam ce.

Am deschis Wikipedia. Erau nevoile de realizare a sinelui care îl îmbogăţesc pe individ dincolo de viaţa cotidiană. Era taman ce voiam! mai ales că viaţa mea cotidiană nu era intelectuală şi respectabilă.

Când mi s-a mai spus şi că *au asociate valori ca frumosul*, *binele*, *ordinea şi dorinţa de a crea*, m-am umplut de încredere.

Am revăzut etica religioasă. Mi-am spus că până la urmă şi Jung era prieten cu religia, nu degeaba scrisese despre Hristos ca simbolistică a sinelui.

Am întrebat cum funcţionează metanevoile. *Sunt voluntare şi adesea au la bază oferirea sprijinului necondiţionat*, *un fel de prelungire a ethosului parental – nu faci pentru tine*, *faci pentru obşte*, *pentru ceilalţi*.

Da, da’ te dăruieşti ca Iisus sau Dumnezeu tatăl.

Mi-a sugerat că *a da necondiţionat e o posibilă soluţie pentru a ieşi din imitaţie*.

Nu-mi plăcea. Necondiţionate sunt instinctele. Furia e un instinct. Am dat furie, am ieşit din imitaţie?

Condiţionarea presupune adesea un joc psihologic. *A oferi necondiţionat implică că sunt prezentă la mine şi*

încep să gestionez jocul psihologic al celuilalt ca şi cum l-aş gestiona pe al meu.

Bună abordarea, era o provocare. Era o manipulare îmbrăcată în straie grijulii. Aveam eu să mă lămuresc mai încolo cum ieşeam din imitaţii.

(15 – DELIMITARE) 21 februarie 2011

Vinovăţia incidentului cu varza plana ca un nor asupra mea.

eu.

Am acceptat să discut afecte, *„a fugi de a simţi”*. Deşi consideram că numai fugă de simţăminte nu făcusem

Da poate făcusem blocarea suferinţei cu bâţâiala, cum mi se spunea. Cică *bâţâiala îmi mascase suferinţa şi o tot perpetuase*. Mai degrabă îmi mascase energia şi agresivitatea. Sau ce altceva îmi mai făcuse. Dar scăpasem de ea!

Ce atâta suferinţă?

Suferinţa este adesea determinată de incongruenţa dintre realitate şi mecanismele de apărare. Cum ajung la coerenţă?

Voiam şi eu să-mi unific cumva exprimarea cu simţirea, întru a putea spune care era specificul meu.

Iar *să aleg conştient, să mă duc dincolo de ambivalenţă* şi *să trec la principiul realităţii, să fac travaliu emoţional raţional. Să delimitez*.

Hopa! Una nouă, delimitarea. Şi ce face?

E diferenţa dintre limita asumată şi restricţionare, care e din exterior, nu o asum.

Limita mea e frica!

Frica e o trăire iraţională, supradimensionează stimulii exteriori.

Îmi era bagatelizată frica, dar ce ştiam eu, nu aveam formare în psihoterapie. Din frică sunt agresivă!

Agresivitatea este un mecanism de apărare, contracarează mecanismele blocante. Ies din ele, delimitez, spun da şi nu, îmi asum alegerea de a a trece

dincolo de plăcerea bazată pe compulsie. Compulsivitatea nu aduce adevărata plăcere şi astfel bucuria nu e niciodată completă.

Nu înţelegea că îmi delimitasem frica drept sursă a compulsiei şi furiei.

Dar mă dumirisem că delimitarea e bună şi demnă de a fi aplicată în cât mai multe aspecte ale mele. Voinţa de a mă desluşi prinsese mai mult avânt.

(16 – FRICĂ) – 28 februarie 2011 Rămăsesem la a mea concluzie legată de frică. Am vorbit despre cum toate fricile nu mă lăsau să trăiesc şi să găsesc alegerile potrivite.

Iar mi-a fost diminuată importanţa fricii, cică *anxietatea era rezultatul inerţiei*. Adică?

Eram încă tributară *dihotomiei alb/negru*, *bine/rău specifică raţionamentului infantil*. Ar fi fost de mare ajutor să fi început să văd şi o a treia posibilitate, poate şi o a patra. *În general lucrurile sunt nuanţate şi în diferite grade şi* arareori *albe*, *negre*, *cele mai bune sau cele mai rele*.

Avea dreptate însă frica mea era cea mai rea! Mi s-a prescris că pot vedea lucrurile altfel. Cum, care e soluţia mea?

Dacă tot îmi doream soluţii mai bine m-aş fi întrebat: *„Ţin aspecte, ţin lucruri care mi se par inutile*?”

Ce îmi reprezentam drept *„de ce sunt aşa*?” ar fi putut să devină *„cum fac eu să nu mai fiu aşa*, *să fluidizez*?”

Vreau să fie bine, să îmi cunosc nevoile, să fie frumos! Era un cerc vicios.

Dar l-a rupt persoana de la terapie.

Mi-a dat un exemplu al schimbării perspectivei asupra binelui. Cartea şi filmul *Scafandrul şi Fluturele*, scrisă de Jean-Dominique Bauby. Personajul principal al cărţii era însăşi autorul. Rămas paralizat în urma unui accident reuşeşte în cele din umăr să comunice cu exteriorul prin intermediul mişcărilor de pleoapă. Mai

mult, cu ajutorul acelei singure pleoape care-i rămăsese sub control ajunge să scrie şi o carte în care prezintă întreaga sa experienţă. Mai exact, „dicta" cartea, adică clipea pentru a alege fiecare literă pentru a compune cuvântul. Compunerea cărţii a presupus aproximativ 200.000 de clipiri, iar compunerea unui cuvânt dura cam două minute.

Văzusem filmul şi reamintirea lui mă înfiorase. Îmi dădeam seama că mă văicăream degeaba. Pe moment scăpasem de frică.

(17 – VOIE BUNĂ) – 14 martie 2011

Găsisem o scrisoare da la saşii din Sânpetru (cei la care mi-am petrecut aproximativ 2 luni pe fiecare vară de la 3 la 7 ani) către mama. La finalul scrierii dânşii îi urau mamei şi familiei ei „multă voie bună". Interesant.

Am adus scrisoarea la terapie.

Am aflat că *voia bună putea fi văzută ca un filtru în a voi binele, atât pentru mine cât şi pentru ceilalţi. Din aceiaşi arie semantică şi afectivă, voia bună putea fi interpretată ca bunăvoinţă*.

S-a insistat cum voia bună înlătură *tensiunea, şi auto-alimentarea ei*. Cum se alimentează tensiunea?

Prin acumulare, atacuri de panică, nevroză, jocuri de putere, tensiune, victimizare. Noi confundăm tensiunea cu dinamismul. Voia bună transformă tensiunea în dinamism.

Şi cum apare tensiunea asta rea?

Tensiunea şi rezistenţa în tensiune ce există în masa organică amorfă, nediferenţiată. Sunt celule cu potenţial care încă nu s-a pus în manifest. Nu s-a ivit funcţia specializată.

Oaii ce savant! M-am identificat cu celulele amorfe. Voiam să mă diferenţiez! Am problematizat modelele diferenţierii şi dezvoltării fiinţei umane din *Jocul cu Mărgelele de Sticlă* scris de Herman Hesse şi din traseul spiritual al lui Mircea Eliade.

Se bazau pe existenţa unor aşteptări clare ale eroilor.

Îmi doream şi eu voia bună ca prezenţă cotidiană în

viaţa mea.

Am fost atenţionată că *voia bună nu poate exista fără o ascultare reală a nevoilor mele şi a celuilalt, fără o dăruire a binelui către ceilalţi*.

Mă deranja insistenţa pe noţiunea de dăruire. O asociam cu discursul religios şi literatura siropoasă. Aşa că, pentru a evita o posibilă pologloghie religioidă despre binefacerile dăruirii am întrebat ce este ascultarea.

Ascultarea presupune a auzi, a înţelege şi a empatiza.

Avea grăunţe în tărtăcuţa ce-i acoperea gâtul pe post de craniu. Nu diferenţia empatia de simpatie. Cu empatia te naşti sau nu, dar ce ştiu eu, nici măcar manualul de psihologie nu îl citisem.

Am găsit că nu ştiam să manifest empatia pentru că mama mea îşi tot folosise empatia de medic faţă de mine. Îmi satisfăcuse distorsionat nevoile afective prin acţiuni ale actului medical.

Am primit un răspuns neaşteptat. *Mama avea nevoi afective pe care nu ştia să le exprime*! *Ce o deranjează pe mama mă deranjează şi pe mine. Neieşind din imitaţie nu avem cum să aducem noutatea*.

Ce-i aia noutate?

Noutatea înseamnă noutate, înseamnă simplitate. Sunt reale nevoi afective şi în loc să le dăm voie punem în acte nenumărate jocuri psihologice maladaptative.

Cum funcţionează nevoile afective?

Afectivul se trăieşte!

Nu înţeleg!

Am accentuat şi mai mult vina mamei pentru incapacitatea mea empatică.

Persoana de la terapie a insistat că *nimeni nu decidea, trăia şi muncea în locul meu. Făcând aşa mă neg pe mine. Nu îmi dau voie să fiu ca stare*.

Oribil, mi se sublinia că nu existam. Notam şi mă înciudam. Eram în plină tensiune. Înţelesesem că voia bună suprima tensiunea.

Dar îmi spuneţi şi mie cum fac ca să nu mă mai neg?

Îţi asumi.

Şi cu voia bună cum fac?

Asumarea şi voia bună sunt lucruri fireşti pe care fiecare om le are şi e dator să le crească.

Partea cu datoria m-a băgat în basm zicând că am demoni ce nu mă lăsau să cresc. Care erau?

ceilalţi sunt de vină.

eu sunt cea mai tare eu sunt neajutorată.

Mi s-a spus că e *joc de putere, victima se translează în agresor, coexistă în ambivalenţă soarta e de vină, soarta m-a nenorocit*.

Cică *eu pentru mine însămi nu făceam nimic, las lucrurile la voia întâmplării pe principiul plăcerii instinctuale*.

Stai aşa că îţi arăt eu ţie!

pot să-i influenţez pe ceilalţi să-mi dea ce vreau.

Evident că mi s-a subliniat că era *joc de putere, manipulare, desconsiderare – dacă îl desconsider pe celălalt, mă desconsider pe mine. Dacă m-aş valoriza nu aş mai face joc de putere*.

Căzusem din „nu îmi dau voie” în desconsiderare. Terapia mi se părea o glumă seacă.

Întru a nu lua persoana la înjurături pe temeiul că îmi minimiza ce voiam cu adevărat, am început să-mi deplâng neputinţa de a găsi soluţii.

Când mi s-a vorbit şi despre *soluţii în acord cu tine versus soluţii instinctuale, amalgamate* îmi venea să zic stop. Gata cu balivernele şi strădania de a mă transforma în oaie. Nu era evident că soluţia în acord cu mine era să-mi însuşesc stima de sine şi să-mi rafinez tehnicile de influenţare?

Dar nu aveam curajul să o spun. Îmi dădeam seama că persoana de la terapie nu accepta şi valoriza vulpile. Mă gândeam că îmi oferise prilejul de a mă lăsa de bâţâială şi intuiam că mai aveam lucruri de obţinut. Trebuia să fac eu

cumva şi să storc tot. Nu degeaba investisem demersul terapeutic cu autoritate şi competenţă.

Nu voiam să mă fac de râs că avusesem o terapie de calitate îndoielnică.

Aşa că în loc să mă ridic şi să-i spun că era de toată jena, nu putea vedea în afara propriilor valori, m-am prins a mă plânge că nu îmi cunoşteam nevoile.

A insistat să văd *care sunt nevoile mele reale* şi *să le dau voie să se manifeste natural, firesc, nu prin tertipuri. Când nu le pun firesc în cuvânt iau naştere jocurile psihologice care vin la pachet cu mecanismele de apărare*.

Bine, cum fac să învăţ afectivul şi să nu mai fiu reactivă?

Afectivul se trăieşte, exteriorizările lui sunt însă învăţate.

Bingo! Deci puteam învăţa exteriorizările afective. În cele din urmă alegerea mea de a nu spune stop îmi oferise ceva. La finalul şedinţei aflasem cum stătea treaba cu manifestările afective, ele erau învăţate ca orice alt lucru. Deci puteam învăţa şi voia bună.

(18 – IERTARE ŞI ALEGERE = gogomănie şi blocaj plus bonus de control) 21 martie 2011 M-am străduit să mă manifest afectiv. Dar ce voie bună să scot la înaintare când eram plină de vină că o agresasem pe mama şi ciudă pe modelul lipsit de empatie pe care îl imitam.

Am vorbit despre ele. Eram de părere că absorbisem tot felul de modele comportamentale care îmi dădeau bătăi de cap. Manifestam o circularitate a vinii. Îi învinuiam pe ceilalţi pentru modelele lor. Dar mă învinuiam şi pe mine că le absorbisem şi fusesem agresivă.

Am iscat o invitaţie la iertare.

— Nu merită să iert! mai lăsaţi-mă cu chestiunile acestea ortodoxe!

Face ochi de tăiat ceapă şi îşi ia cel mai cald şi blând ton cu putinţă. Probabil mă crede posedată iar pe domnia sa se vede o mare entitate bisericească specializată în exorcizarea prin empatie.

Ca să poţi ierta trebuie să te ierţi pe tine. Iertarea e în contradicţie cu furia, reproşul, reactivitatea, culpabilizarea, plasarea responsabilităţii. Iertarea înseamnă împăcare cu mine însămi şi detaşare. Mă detaşez pentru că astfel construiesc. Apare sentimentul liniştii, putem face ceva ca să fie mai bine. Iertarea presupune empatie, îl înţeleg pe celălalt, am toleranţă. Iertarea e simplă şi condensată şi sintetică, nu lasă joc altor jocuri psihologice, reproşuri, scos de ochi. Se iese din imitaţie, eşti aici şi acum, în sintetic.

Am ascultat şi notat cu mare atenţie. Informaţia de mai sus a fost extrasă prin tot soiul de întrebări ajutătoare întru a scoate cât mai mult de la persoana de la terapie.

Îmi devenea din ce în ce mai clar că avea nişte cuvinte şi idei fixe. Am zis că da, mă voi strădui să iert.

Apoi am problematizat subversiv manierismele psihoterapeutice ce mi se aplicau.

Dar ştiţi cumva de ce oamenii au anumite tipare verbale?

Sunt apanajul nevrozei.

Deci aveam în faţă exprimarea unei nevroze. Înţelesesem eu de la Jung că nevroza era dată de ciocnirea dintre realitate şi ficţiunile proaste ale individului, dar nu mă simţeam în măsură să îmi dau cu părerea dacă era aşa sau nu.

Care e leacul nevrozei?

Capacitatea de a nu mai absorbi masiv aşa-zisele modele.

Opa, mi s-a emis judecată handicapată. Cum adică aşa-zis model? Probabil voia să spună cum aşa-zisul model era un model nevrotic. M-am abţinut în a comenta ceva. M-am decis să verific câtă nesocotinţă mai pot scoate la suprafaţă.

Nu cumva relaţia de cuplu este un model nevrotic?

Relaţia de cuplu sintetizează, reuneşte, dă voie afectivului în forma lui plenară şi pură.

Nu e mai mult un joc?

Unde e iubire autentică nu e joc de dominare, e înţelegere, iertare, comunicare, iubirea e atributul sintezei.

Sigur, dacă avem de-a face cu discursul religios, iubirea este sinteza iubirii lui Dumnezeu. Mă gândeam că nu era cazul să o spun. M-am axat pe ce mi se zisese şi a născut o analogie menită să mă scape de discursul iubirii:

Jocul de dominare e probabil o patologie. Ce e patologia?

Patologia e un cumul dezadaptativ de mecanisme de apărare pe care nu le pot gestiona.

Eu ştiam din cărţile părinţilor mei că patologia era manifestarea unei boli, simptomele ei. Mă aşteptam să mi se spună că jocul de dominare era o patologie a puterii. Eram dezamăgită. Dar mi-am văzut de verificare.

— Cum se ajunge la afectivul în formă pură?

— *Prin alegere, nu prin imitaţie*.

E ca liberul arbitru prin care Toma din Aquino susţinea credinţa în Dumnezeu. Evident că am spus-o întru a declanşa discursul religios. Am reuşit.

Mi s-a vorbit despre alegerea părintelui Stăniloae de a-şi păstra credinţa în pofida persecuţiilor făcute de regimul comunist. Apoi despre Teofil Părăian care deşi se născuse orb alesese să aibă credinţă şi devenise mare duhovnic.

Da, au avut voinţă să se ţină cu dinţii de ceva. Tărie de caracter, ce să mai. Dar nu religia mă preocupă, ci cum fac eu să iert şi să aleg ce trebuie.

Desigur că mi s-a băgat discursul cu starea de prezenţă şi iubirea.

Terapia mea părea o snoavă nevrotică împodobită cu infernul mecanismelor de apărare şi credinţa în Dumnezeu. Unde aveam să ajung cu ea? Parcă mă învârteam în jurul aceloraşi lucruri fără să modific sau să obţin ceva nou. Nu mai bine renunţam?

Totuşi înţelesesem că puteam alege propriul meu model dincolo de imitaţii şi învinuiri. Trebuia să aflu cum.

Şi mai trebuia să desluşesc cum funcţionau nevroza, staza şi mecanismele de apărare.

Drept urmare am dat uitării premisa încetării terapiei şi am mulţumit pentru îndemnurile de a alege.

(19 – COERENŢĂ ŞI PERSPECTIVA VIITORULUI) 28 martie 2011

Această şedinţă a fost ultima din seria celor nouăsprezece bazate pe registrul clarităţii şi preciziei emis de persoana cu care făceam terapie. A încheiat secvenţa războiului meu cu asimilarea conceptelor prescrise. Pentru că mi-a dat ideea să mă apuc să-l citesc pe Freud. Dar şi să-mi renovez casa. Ca să renunţ la un obiect ce mi se spunea că era simbolul jocurilor mele de putere.

Am vorbit despre cum îmi investeam furia şi în demersul raţional. Da, mă înfuriau modelele comportamentale pe care le observam şi imitam.

Mi se argumenta că blocarea *în furia elementului raţional era o nevroză*.

— Şi ce mai face nevroza?

— *Blochează emoţionalitatea şi furia este investită în raţional. Blocajul duce la tensiune şi nelinişte*.

— Care e opusul nevrozei?

— *E linişte, e curgere. Coerenţă de tip energetic la nivel inconştient*.

— Cum ajung eu la coerenţă, de exemplu să nu mă mai înfurii pe mama că mă cicăleşte?

— *Înţelegi că omul e în tensiune, acordă-i iertare şi înţelegere şi astfel nu mai preiei, nu-ţi mai afectează starea, comportamentul, dispoziţia. Dacă înţelegi că nu e din răutate, e un pas către înţelegere*.

— Da, poate nu toate au legătură cu mine! Dar eu tot am tensiune şi dacă mă gândesc aşa.

— *Pe stare de tensiune foarte uşor se absoarbe tensiunea celuilalt, „ah, iar începe mama!”*

— Cum faci să nu preiei tensiunea?

— *Cu linişte, răbdare, cu dinamism şi nu tensiune de*

tip nevrotic.

Îmi doream tare mult să scap de tensiune şi nelinişte. Mi-ar fi fost pe plac o soluţie rapidă şi unică.

Entitatea zice că nu există aşa ceva, tiparele comportamentale se schimbă cu paşi mici, la fel cum au fost şi dobândite.

Mi s-a sugerat că aş putea începe cu lucrurile mici. Am vorbit despre amenajarea spaţiului personal şi am început să o critic pe mama cu ale ei colecţii de ziare, cărţi, cosmetice şi haine, ce adesea erau aşezate sub formă de morman.

Am înţeles că a colecţiona lucruri este o formă de a compensa tensiunea şi totodată de a o ţine bine, „la căldurică”. *„Mecanismele de apărare joacă un rol important şi în construirea şi aranjarea spaţiului de locuit*”.

M-a invitat să-mi observ locul unde stăteam atunci – masa şi scaunul. Agentul era pe canapea

Masa era plină de hârtii şi cărţi, plus trei pahare pline ochi cu pixuri, creioane, carioci. Ambele obiecte de mobilier erau aşezate în zona de deschidere a uşii. Dacă uşa era deschisă mai cu forţă atunci ea izbea masa, care invariabil glisa către scaun.

Cică aveam un loc de stat numai bun pentru a *„emite reproşuri şi accese de furie*”.

— E posibil să aveţi dreptate. De ce deschizi uşa tare? De ce trânteşti uşa? Lasă uşa deschisă ca să văd!

Râd în timp ce spun toate acestea. Mi se explica cum stăteam după uşă, gata gata să sar pe cei care intrau în cameră.

Am încercat să conving că nu aveam cum să aşez mobila altfel, nu era ceva voit, nu voiam să-i deranjez pe ceilalţi, ba din contră.

Mi s-a spus că eram în *stază şi autosuficienţă*.

— Ce fac ele?

— *Diminuează perspectiva viitorului*.

Aoleu, urâtă treabă, mă gândeam eu în sinea mea.

Lasă că vezi tu cum trec eu de ea.

La cinci zile după acea şedinţă m-am apucat să-l citesc pe Freud. Să înţeleg şi eu temeinic ce însemnau staza şi autosuficienţa. Să fiu în coerenţă cu ceea ce lucram, să mai aflu câte ceva despre mine. Dar şi voiam să arăt cum pot stăpâni noţiunile psihanalitice mai bine ca persoana de la terapie.

Să fac domnia entităţii să se simtă prost, cum mă tot simţisem eu preţ de 19 şedinţe, timp în care nu aflasem nimic bun despre mine. Mă mâhneam şi înfuriam auzind că aveam tot soiul de blocaje, de staze, pe care trebuia să mi le asum.

Primisem nişte concepte pe care nu le desluşeam şi păreau a fi fost din registrul clasicei psihanalize.

Referirea la nevroză mă pusese pe gânduri. Explicaţiile primite despre nevroză nu mă mulţumeau. Aveam eu niscaiva idei conturate pe marginea lecturii lui Jung, dar nu-mi păreau a fi suficiente. M-am hotărât să dobândesc câteva noţiuni şi cunoştinţe de la însuşi părintele psihanalizei, Sigmund Freud. M-am apucat de citit.

Acumulasem câteva noţiuni în urma profanatelor şedinţe. Mi-am spus că mă voi detaşa de plăcerea ciudei şi tensiune dacă îmi diferenţiez mai bine dinamica instinctului meu către plăcere, dintr-o perspectivă freudiană.

Libertatea omului e dată de faptul că îşi poate controla instinctele şi e bine să se bucure de ea. Eu găseam că nu o prea aveam. Mai eram şi blocată de o nevroză pe care n-o prea înţelegeam. Pe de-o parte încercam să mă înţeleg mai bine şi să fiu mai liberă, să pot spune cine eram. Pe de altă parte voiam să dobândesc mai multă informaţie întru a putea contraria şi controla persoana de la terapie.

Pornisem de la imboldul de a-mi lucra depăşirile de limită şi m-am dus într-o depăşire şi mai mare. Oricum la mine cui pe cui se scoate.

Capitolul X. Freud.

Din râvna de a înţelege mai bine dublată de pulsiunea de a verifica şi înciuda m-am apucat să citesc ce scrisese părintele psihanalizei.

Aveam o mare cărţulie scrisă de Freud, editată pe vremea comuniştilor, în anii ’80. Era „de prin casă” şi îmi stârnise interesul în clasa a XII-a. După ce i-am citit câteva pagini am dat-o pradă uitării. Am căutat-o, am găsit-o şi m-am pus pe lecturat.

Conştiinţa, raţiunea, omul sociabil sunt reperele dinamicii psihanalitice, „întreaga sarcină a tratamentului psihanalitic ar putea fi rezumată în formula: transformarea oricărui inconştient patogenic în conştient” (Freud, 1980, p 24).

Freud încerca să crească gradul de conştiinţă şi adaptare al individului prin scoaterea la lumină a dimensiunii inconştiente.

Exact ce îmi doream şi eu de la mine, să scap de frici şi să obţin succesul şi respectul social. Numai că atunci nu aveam gură să o spun şi mă jucam cu noţiuni şi concepte doar – doar să dobândesc miraculos putinţa.

În cele 19 şedinţe cu tentă de terapie cognitiv-comportamentală doar m-am jucat cu prescripţiile către acţiune. Parcă mai mult regresam.

Mă simţisem hingherită pe nedrept la câtă incapacitate emoţională îmi fusese pusă în cârcă. Era atât de sfâşietor ce mi se întâmplase încât nu puteam zice nimic, nimănui.

Ca să nu mai vorbesc de iubirea sfântă pe care entitatea presupunea că trebuia să mi-o bag în suflet.

Nici eu nu mă lăsasem mai prejos. Îi făcusem un joc înnebunitor cu „puteţi să repetaţi?”, ca să apuc să scriu mai bine ce zicea.

Termenii folosiţi mă contrariau. Norocul meu că mă luminam singură prin lectură freudiană.

Primul lucru care mi-a atras atenţia şi pe care l-am

notat în agendă a fost că *„puterea omului asupra lumii materiale a depăşit cu mult puterea omului asupra lui însuşi”* (Freud, 1980, p 40).

Îmi proiectam propria-mi situaţie în lecturarea cărţii, extrăgând taman acele pasaje pe care le simţeam aproape de problematica mea. De ce mă apucasem eu de psihoterapie? Pentru a dobândi putere şi control asupra mea.

Ce făcea psihanaliza? Te înnobila!

„Psihanaliza nu numai că îl ajută pe om să descopere noi faţete şi relaţii ale existenţei (conştientizare), ci realizează în condiţii favorabile, o veritabilă înnobilare a sa. Chiar şi inconştientul propriu-zis este susceptibil de integrare conştientă, în pofida poziţiilor deţinute iniţial. Impulsurile subcorticale, instinctele, tendinţele animalice, afectele catastrofice pot fi conştientizate, în scopul atenuării sau chiar anulării efectelor lor negative, nefaste”. (Freud, 1980, p 45).

Mă simţeam deosebită, eram pe cale să învăţ cum să-mi stăpânesc instinctele şi afectele catastrofice.

Am notat în ceaslov un fragment ce contribuia la acea senzaţie. Îmi părea şi cheia infantilismului meu (că tot mi se prescria cu asupra de măsură la terapie) – *„copilul are sensul a ceva în afara căruia se află întreaga viaţă şi întreaga lume*”. (Freud, 1980, p 45)

Recitind acest mic pasaj am retrăit suma de senzaţii pe care le-am avut când l-am scris, anume că eram specială şi că mă aflam în afara vieţii şi lumii. Mă bucuram egocentric de a mea deosebire şi mă întristam că eram singură şi nu mă integram. Scosesem la iveală opoziţia dintre îngâmfare şi dorinţa de inserţie socială. Probabil că acea îngâmfare mă determinase să uit un cuvânt din citat.

Copilul are doar sensul a ceva în afara căruia se află încă *întreaga viaţă şi întreaga* lume” (Freud, 1980, p 45)

Omisesem şi cuvântul „încă”! Exact cel care-i conferea propoziţiei o altă tentă şi anume cea de anticipare a viitorului. Mă cam temeam să-mi anticipez

viitorul.

După ce am dovedit că îmi era frică de anticiparea viitorului m-am schimbat la 180 de grade. Am scos un fragment ce mi se părea că îmi anticipa modificarea propriilor deprinderi.

Când am scris că *„mecanismul genezei nevrozei este un mecanism de condiţionare de tip pavlovist şi chiar refularea este un reflex dobândit”* (Freud 1980, p 49) am simţit un avânt. Înţelegeam că felurile rele de a face şi de-a fi, mecanismele dezadaptative, ţin de condiţionare.

Drept urmare puteau fi recondiţionate. M-am gândit că orice învăţ are şi dezvăţ, am trecut citatul în caiet şi mi-am văzut satisfăcută de zi. Aveam senzaţia că descoperisem un lucru mare, că aşa cum m-am învăţat să fac cum nu trebuie, mă puteam învăţa să fac şi cum trebuie.

„Punând accentul pe geneza comportamentului, Freud dă o mare extensiune proceselor învăţării. Acestea nu sunt niciodată tratate operaţional, în termenii transformării în comportament, ci mai curând ca dobândire de idei, sentimente şi emoţii, care ulterior se exprimă sau se manifestă prin comportament” (Freud, 1980, p 49).

Care va să zică e important întregul spectru emoţional asociat procesului de învăţare sau dezvăţare.

Înţelesesem că prin sublimarea pulsiunilor, adică prin cizelarea şi integrarea lor în personalitatea conştientă puteam ajunge un om respectabil.

Am întrebat la terapie cum funcţionează sublimarea.

„Putea fi convertirea energiei alocate căutării plăcerii într-o activitate cu tente spirituale. Reinvestirea energiei şi a plăcerii mai aproape de elementul spiritual îi conferă tente umane plăcerii”.

I-am spus că nu mă preocupă religiozitatea şi vreau ceva mai concret.

Am aflat că *„prin canibalismul convertit sublimat ajungi să fii un bun bucătar”*.

Plus că dacă „exprimam aşa cum simţeam reduceam fixaţia orală”.

De la zece ani începusem să gătesc. Am început să mă fălesc ca musca la arat. Găseam că reuşisem să-mi sublim de una singură canibalismul.

Şi susţineam sus şi tare că voi face învăţarea afectelor, valorilor şi asumării. Voiam să mă strunesc într-un proces de reînvăţare afectivă.

Îmi făceam iluzii. De fapt eram într-un decalaj între ce făceam şi ce simţeam. Citeam, îmi doream înţelegere, îmi apăruse vioiciunea de la un râgâit şi ascundeam faptul că dispreţuiam ce îmi zicea entitatea.

6.04.2011

Percep facil şi memorez aspecte ce aderă foarte bine cu viaţa mea interioară, pe care de altfel o minimizez, ba chiar o neg uneori. Citindu-l pe Freud am rezonat foarte bine cu exemplul respingerii energice a interpretării actului ratat. Am mai citit în clasa a XII-a 80 de pagini din această carte. Mi-am amintit aproape perfect cazul tânărului care la un toast în cinstea sănătăţii şefului, spune să râgâim (aufstossen) în loc de să toastăm, să închinăm, bem – (*anstossen*) (Freud, 1980, p 75)

De minimizat viaţa interioară nu putea fi vorba. Mai ales că nu prea credeam în noţiunea de viaţă interioară, ci în ceea ce făceam, percepeam şi simţeam.

Agentul terapeutic chiar mă condiţionase să mă văd incapabilă în a-mi exprima emoţiile.

Degeaba îi citisem eu toate nostalgiile şi reveriile mele declanşate de lecturarea amintirilor lui Jung, unde băgasem o sumedenie de trăiri, emoţii şi sentimente.

Ceea ce nu voiam să exprim în faţa entităţii defineam ca minimizare. Adică voinţa mea de a mă juca cu domnia sa.

De aceea şi rezonam de minune cu ce îmi plăcea, spiritul ludic, râgâiala în cinstea şefului, spiritul ludic. Percepeam entitatea ca pe o autoritate. Eu nu eram fana autorităţii, aveam o pulsiune instinctivă de a o submina.

Lecturarea analizei îmi sporea şi mai mult pofta de a mă juca cu entitatea.

Îi explic cum amuzase teribil acea situaţie. Nu-mi ardea să lucrez la terapie despre cum „jocurile de victimizare şi agresare îmi diminuau câmpul conştiinţei”. Voiam harababură, circ şi hăhăială. Arătam cum viaţa mea era logica spectacolului şi mă plângeam că eram în conflict.

Apoi mă împăunam cum mama mă descria drept o maestră a controlului („dar numai când vrei tu”). Aşa că mă zbuciumam cum eram în stare să mă controlez doar atunci când aveam o miză clară care îmi satisfăcea principiul plăcerii.

Mi-a fost prezentată opoziţia dintre *„a gestiona şi a controla”*.

„A gestiona implică starea de prezenţă, acţiunea sau lipsa ei în funcţie de situaţie. Presupune alegeri conştiente şi deschidere către toate turnurile pe care le poate lua situaţia”.

Posibilitatea gestionării chiar îmi părea un lucru demn de a fi dobândit. Voiam să-mi gestionez infantilismul. Era un plan care nu mă tensiona, îmi plăcea termenul, era o variantă acceptată a controlului.

Am acceptat că pentru a putea gestiona ceva *„era necesar să-mi exprim şi să-mi trăiesc emoţia”*. Am identificat emoţia cu satisfacerea unei nevoi.

Mă gândeam că poate îmi exprimam emoţiile prin mirositul mâinii. Era gest care poate îmi satisfăcea nevoile apartenenţă şi afecţiune.

De cum l-am chestionat am avut o explozie grafomană de ciudă amestecată cu aşteptarea de a mă putea gestiona. De fapt scrisesem despre dinamica ce stătea la baza piesei mirositului mâinii, căutarea compulsivă. Mai băgasem şi părţi din discursul agentului.

Piesa mirositului mâinii.

12.04.2011

Astăzi mi-am conştientizat aproape plenar mirositul.

Primul impuls atunci când am aşternut mai devreme „mirositul" a fost să scriu „bâţâitul". Al dracului act ratat, cum se duce mecanismul acesta insidios de apărare în noua deconstrucţie şi geneză a eului/sinelui! Da, e o formă de autism, îmi distrag atenţia plenară de la propria-mi persoană şi de la mediul înconjurător. Prin mirosit devin – de fapt nu ar trebui să spun că devin, căvi devenirea are conotaţie pozitivă, aşa că mai bine scriu că prin mirosit reduc cantitatea de informaţii, stimuli şi trăiri pe care le receptez, percep, conştientizez, interiorizez, gestionez. Un reducţionism aproape dramatic, aş putea spune. Atenţia mea e astfel focusată doar pe ceea ce poate produce plăcere imediată *sau poate hrăni mecanismul reproşului, al condamnării şi al negării. Prezenţa plenară e dificil de obţinut şi menţinut. Autismul e absolut feroce, îmi anesteziază real creierul, sentimentul, senzaţia şi intuiţia. Graţie mirositului funcţionez la o capacitate de maxim 40% din potenţialul pe care îl am* (să zicem e o presupunere, un număr scos din burtă). *Acesta se ascunde şi se transformă, pentru că nu este folosit în stare de prezenţă ci dat pe apa Sâmbetei în mirosit. Se transformă în tensiuni, anxietăţi, fobii, paranoia. E total distructiv. În loc să perceapă, construiască, extindă, urce, el „dă din colţ în colţ" momit de principiul plăcerii. Nefiind utilizat pentru că a fost păcălit de posibilitatea distopică a unei plăceri imediate cu potenţial eternizant, el se revoltă cumva şi mă face anxioasă, ipohondră, certăreaţă, tensionată. Pentru că mirositul şi alte obţineri autiste ale plăcerii imediate îi ştirbesc masiv puterea, calităţile. Le transformă în raporturi dezadaptative.*

Ce conştientizasem eu atunci nu era mirositul, ci mecanica căutării compulsive a plăcerii. Căutarea compulsivă îmi reducea semnificativ câmpul conştiinţei. Era un fel de pilot automat ce căuta calea cea mai rapidă şi simplă a obţinerii plăcerii nemailuând în spaţiul conştiinţei întregul context. Şi când obţineam nu îmi era îndeajuns. Voiam mai mult şi mai mult.

Folosisem expresiile de la terapie (interiorizez,

gestionez, reproş, negare, stare de prezenţă, construcţie) întru a obţine gratificarea pentru înţelegere.

Funcţionam la 40% din potenţial pentru că nu delimitam ce era al meu. Se întâmpla mereu, nu doar la terapie. Nu aveam o reprezentare clară situaţiilor, stărilor şi obiectivelor dorite. Mă făceam că nu aveam nevoile tip Maslow 3 (sociale şi apartenenţă) şi 4 (stimă, recunoaştere socială). Le compensam prin căutarea compulsivă a plăcerii.

Căutarea compulsivă descrisă în acea scriere putea fi împărţită în două – jocurile psihologice (hăhăială, sarcasm, cinism, victimizare, agresiune, control, manipulare, capriciu) şi gesturile repetitive (bâţâit, mirosit).

Jocurile psihologice compensau nevoile de stimă iar gesturile repetitive nevoile de afecţiune şi apartenenţă. Bâţâiala era un pic mai complexă, deoarece pe lângă plăcerea fizică includea şi o componentă cognitivă, fantazarea şi uitatul în oglindă. Din fericire fusese oprită.

Rămăsese mirositul mâinii.

Îmi părea că îmi satisfăcea compulsiv şi distorsionat nevoile de apartenenţă.

Căutarea şi amuşinarea urmelor olfactive lăsate de contactul cu ceilalţi şi mediul înconjurător putea fi văzută ca o reprezentare primitivă a lumii. Retrăiam contactul prin intermediul mirosului.

Păstram un arhaic mod de interacţiune cu lumea, inconştient doream să dureze o eternitate. Probabil că de aceea am scris atunci că *„posibilitatea distopică a unei plăceri imediate cu potenţial eternizant”* îmi păcălea potenţialul.

Nu îmi eram niciodată suficientă. De fapt nimic nu mă îndestula deoarece nu îmi asociasem natura compulsivă ordinii şi disciplinei şi unor scopuri clare.

Mirositul mâinii era o mică piesă a dinamicii compulsiei.

Ziceam că mirositul mânii îmi compensa adesea contactul şi sinergia cu ceilalţi.

Era o perspectivă raţională. Mă străduiam după puterile mele de atunci să obţin integrarea afectivă şi emoţională a ipotezelor mele raţionale.

Citeam compulsiv din Freud dintr-o plăcere a identificării cu patologiile descrise de el. Nu eram atentă la întregul corp al operei, luam în calcul doar elementele cu care rezonam inconştient. Înaintam galopant. Nu aveam o atenţie susţinută şi constantă, săream paragrafe. Pentru că uneori eram cu gândul în altă parte şi îmi miroseam mâna în timp ce citeam şi scriam.

Îmi atrăgeau atenţia şi notam acele pasaje sau idei care îmi păreau că aveau legătură cu mine.

În viaţa psihică a omului tendinţele auto-punitive sunt foarte numeroase […] *Visul este realizarea unei dorinţe, a unei temeri, a unei pedepse. Orice vis deformat e realizarea unei* pedepse (Freud, 1980, p 206).

Freud sublinia dimensiunea punitivă a visului pe care visătorul îl resimţea ca penibil. Capitolul din care făcea parte fragmentul îi era dedicat în exclusivitate visului. Freud îl considera drept „un instrument de confirmare a tuturor ipotezelor psihanalizei cu privire la inconştientul proceselor psihice, la mecanismele la care se supun acestea şi la tendinţele care se manifestă prin intermediul acestor procese” (Freud, 1980, p 220).

Înţelesesem însă că nu doar interpretarea viselor a fost baza psihanalizei freudiene. Ea stătea sub semnul raporturilor dintre sine eu şi supraeu. Acel raport se afla într-o anumită dinamică, ce încerca să evite neplăcerea şi să caute plăcerea.

Chiar şi auto-pedepsirea poate fi o plăcere deformată.

Interpretarea viselor era una din tehnicile prin care Freud încearcă să înţeleagă şi explice comportamentul omului sănătos şi bolnav.

Şi eu încercam să-mi înţeleg şi explic comportamentul atunci.

Varianta auto-pedepsirii se putea aplica şi în cazul

mirositului. Obţineam satisfacţia distorsionat şi cei din jurul meu încercau să mă facă atentă asupra acestui lucru. Sau mai rău, mă considerau nelalocul meu, „zdruncinată” şi incapabilă să mă integrez normal într-o colectivitate dat fiind obiceiul meu repetitiv şi ciudat. Prin urmare, de multe ori mă simţeam exclusă din cauza practicării compulsivului gest de a-mi mirosi mâna. Dar îl practicam în continuare, deşi evident nu-mi aducea vreun beneficiu, ba din contră. Practicarea unui obicei ce-mi atrăgea excluderea atunci când eu căutam apartenenţă şi afecţiune (a căror lipsă o compensam prin mirosit) putea fi văzută ca un act de auto-pedepsire.

După aceea am găsit că mirositul putea fi calificat ca un mod primitiv de expresie. Pentru că avea un sens dublu – satisfacerea deformată a nevoilor de apartenenţă şi afecţiune, dar şi autopedepsirea.

Citisem că *toate sistemele de expresie primitive prezintă indeterminări şi sensuri duble, fără ca noi să avem dreptul să punem la îndoială orice posibilitate de utilizare a lor*” (Freud, 1980, p 213).

Dar dincolo de satisfacere deformată şi auto-pedepsire amuşinarea urmelor olfactive putea fi un simplu mod arhaic de a lua contact cu lumea. Animalele se ghidează după simţul mirosului, multe mame îşi pot recunoaşte copii după miros şi anumite mirosuri declanşează amintiri şi emoţii.

Îmi exprimam afecţiunea primitiv mirosindu-mi mâna! Şi pe ceilalţi dacă mă lăsau.

Dar voiam să încerc şi altceva, să scap de indeterminarea acelui gest, să-l transform. Sau măcar să am o conştiinţă clară a lui, să-l stăpânesc în folosul meu. Să nu mă mai incomodeze în interacţiunea cu ceilalţi şi în obţinerea satisfacţiilor.

Prinsesem curaj când aflasem că *activitatea psihică inconştientă se ocupă* […] *de pregătirea viitorului* (Freud, 1980, p 218). Mă gândeam că în inconştient aveam o înclinaţie normală către afecţiune şi apartenenţă, ce se

deformase pe parcurs. Dar era acolo, deci putea anticipa şi un viitor în care să se exprime normal, dincolo de mirosit. Aceasta dacă mă luptam să-i conştientizez toate aspectele.

Am citit că *primul obiect al componentei bucale a instinctului sexual e dat sânul matern care satisface trebuinţa de hrană a copilului. Apoi copilul se desprinde de obiect înlocuindu-l cu ceva din corpul său* (Freud, 1980, p 280).

Deci, mirositul meu compulsiv putea *fi o formă mascată de auto-erotism dată de înlocuirea sânului mamei cu mirosirea propriei mâini*. Poate de aceea îmi zisese entitatea de înţărcare.

Spre surprinderea mea, după ce mi-a aprobat cu satisfacţie concluzia a venit cu o perspectivă nouă. Parcă voia să-mi demonstreze că şi domnia sa posedă inteligenţă.

Cică *„substituirea prin mirosit e o relaţie comunicaţională defectuoasă”*. *„Mâna face prelungirea de la o corporalitate la alta. Nu am deprins obişnuinţa de a amâna prezenţa mamei şi a sânului. Restricţionam relaţia comunicaţională la un substitut al omului, mâna”*.

Mi s-a părut interesantă perspectiva rupturii comunicaţionale, însă nu ştiam ce ar fi fost de făcut pentru a o corecta. Speram să aflu. Am început să citesc cartea despre psihanaliză şi sexualitate.

Am rămas la auto-erotism.

Mi-am notat în ceaslov că *mirositul poate fi similar cu satisfacţia auto-erotică a suptului degetului, întocmai ca nepoata traducătorului lui Freud, ce la o vârstă înaintată îşi sugea degetul, parcă transfigurată într-o altă lume*.

Iată cum descria omul situaţia:

„O nepoată a mea, G., şi-a supt până târziu în adolescenţă policele, preferându-l încă din leagăn amăgitoarei suzete. Şi în anii ei de liceană recurgea zilnic la această plăcere auto-erotică, adoptând pe o canapea, poziţia intra-uterină, mai ales atunci când în casă aveau loc certuri cu expresii necontrolate între bunicii alcoolici, iar mai târziu între mama ei şi tatăl vitreg […]. De notat în

mod deosebit este faptul că, la un moment dat, această activitate sexuală o desfăşura privind pierdută o fotografie a lui Alain Delon, un fel de făt-frumos al ei. De dragul lui a abandonat studiul limbii germane, însuşindu-şi uimitor de repede franceza, iar în anii studenţiei a făcut tot ce ia stat în putinţă spre a ajunge în Franţa, unde îşi continuă studiile. Când îşi sugea degetul, atitudinea fetei aducea cu aceea a unei fiinţe aflate sub efectul unui stupefiant. Niciun efort al familiei nu a putut-o dezbăra de viciul ei, care părea să o facă fericită, dusă pe altă lume". (Freud, 1994, p 126)

Când îmi miroseam mâna aveam privirea pierdută. Uneori îmi şi dădeam ochii peste cap. Îmi amintesc că de mai multe ori bunica îmi spunea că „fac ca o drogată", că am un „viciu al mirositului mâinii".

Se mai şi tânguia că sunt un copil dificil cu care nu ştie ce să se facă. Ieşea o debandadă care mă amuza. Încerca şi ea să facă cumva întru a mă devăţa de obicei. Strădania ei avea efectul contrar celui aşteptat. Inspiram cu şi mai mult zgomot şi continuam să îmi dau ochii peste cap şi mai abitir. Uneori făceam acelaşi lucru şi cu ceilalţi. Dar mă luau la cearta ce mare. Aşa că mă rezumasem la a-i arăta ochii daţi peste cap mai mult bunicii.

Mirositul avea şi o pregnantă componentă demonstrativă, histrionică, isterică, cu tente de auto-erotism pe lângă satisfacerea distorsionată a nevoilor de apartenenţă şi afecţiune.

Îmi duceam mâna la gură şi o miroseam, pe de-o parte pentru a atrage atenţia, pe de altă parte pentru a-mi oferi de una singură o deformată stare de afecţiune şi apartenenţă. Funcţionam ca la 4 – 5 ani şi aveam 26 de ani. Voiam să comunic normal dar mă amuzasem copios când îmi amintisem ce îi făceam bunicii. Mă încercau iar nostalgiile şi simţeam că aş fi vrut ca lucrurile să fie ca înainte.

Noroc că am aflat de la Freud că *legătura cu trecutul, fixaţia în trecut e unul din mecanismele nevrozei*

(Freud, 1980, p 242). Desluşisem că oamenii nevrotici au o legătură emoţională cu trecutul din care nu se pot descătuşa, darămite detaşa.

Chestionam retoric mirositul. *„Ce eveniment comemorez eu perpetuu cu mirositul mânuţei? Ce a generat actul repetitiv? Ce compensează el? Inhibarea emoţiilor puternice?”*

Freud credea că emoţiile puternice şi a afectele descinse din ele sunt responsabile atât pentru normalitate cât şi pentru patologia nevrotică. De mobilitatea şi soarta lor, depind boala şi restabilirea sănătăţii.

De cum am citit că omul se putea îmbolnăvi de nevroză *din cauza emoţiei declanşate de o situaţie patogenă, emoţie care nu s-a putut exprima în mod normal şi astfel a rămas blocată* (Freud, 1980, p 381) am zis că sigur mi se întâmplase ceva nelalocul lui în copilăria mică.

Am tot încercat să găsesc vreun eveniment buclucaş. Am întrebat-o şi pe mama cum ajunsesem să-mi miros mâna. Nu am putut depista nimic. Începusem să-mi miros compulsiv mâna şi pe cei din jur cam tot atunci când începusem şi să mă bâţâi. Nimeni nu putea înţelege de ce.

Îmi spuneam că mirositul era manifestarea unei angoase infantile. Aceasta *se apropie mult de angoasa nevrotică a adulţilor, ea apare ca şi aceasta dintr-un libido neutilizat şi neavând un obiect asupra căruia să-şi poată concentra afecţiunea îl înlocuieşte printr-un obiect exterior sau printr-o situaţie* (Freud, 1980, p 335). Voiam să aflu mai multe despre angoasele infantile şi i-am cerut ajutorul persoanei de la terapie.

M-a întrebat „la ce mă ajutau toate detaliile interpretării psihanalitice” şi m-a îndemnat să încerc să-mi amân gestul. Mi-a ţinut o întreagă pologhie despre asumarea gestului şi necesitatea stării de prezenţă cu mine însămi. Spunea că „venise momentul să ies din stază şi să mă primenesc”.

Vorbea pentru pereţi. Mi se părea că aud o placă stricată care îmi spunea la nesfârşit aceleaşi lucruri.

Totuşi, aprobam, doar – doar să mai scoată ceva care să-mi stârnească interesul. În cazul mirositului nu a reuşit.

Dispreţuiam comunicarea terapeutică, aveam impresia că nu se ridica la aşteptările mele intelectuale. Mi se vorbea despre simplitate şi sinteză fără să îmi fie explicat de ce îmi miroseam mâna.

Eram întrebată „ce valenţe căpăta ruptura mea comunicaţională prin mirosit”, în condiţiile în care îi făcusem un pomelnic cu satisfacerea distorsionată a nevoilor de apartenenţă şi afecţiune, auto-pedepsire şi auto-erotism.

Aveam senzaţia că voia să se folosească de intelectul meu, totuşi mă gândeam că poate exagerez. Până la urmă îmi dăduse un pont bun interpretându-mi mirositul drept ruptură comunicaţională. Îmi dădusem seama că era şi o demonstrativă joacă. Plus că mă ajutase să mă las de bâţâială.

Dar bâţâiala nu era ca mirositul mânii. Nu mă loveam ritmic cu spatele de canapea de faţă cu ceilalţi. Pentru că îmi era ruşine. Nu-mi era însă ruşine că îmi miroseam mâna. Mă incomoda că o făceam. Mă trezeam de multe ori că eram cu mâna la gură, chiar şi în faţa ochilor terapeutici. Primeam avertismente să încetez. Îmi explica cam ca mama, bunica sau tata că mirositul nu îmi dădea voie să fiu atentă. Mi se părea că era de toată jena să se comporte ca un părinte.

Voiam ceva mai rafinat. Cum ar fi fost de exemplu să-mi fi vorbit despre mirosit ca un simptom al unei patologii nevrotice. M-am apucat să explorez de una singură câmpul simptomatologiei nevrotice.

Ce sunt simptomele?

efectul unui conflict declanşat în subiect ca urmare a unui nou mod de satisfacere a libidoului (Freud, 1980, p 301)

un substitut a ceva ce nu a reuşit să se manifeste în mod conştient în afară (Freud, 1980, p 246)

fixare afectivă în trecut, eventual într-o perioadă în

care nu existau privaţiuni incapacitatea de a reacţiona normal la un eveniment psihic cu caracter afectiv foarte pronunţat simptomul se substituie la ceea ce n-a fost dus până la capăt [existenţa simptomului este condiţionată de faptul că un proces psihic nu şi-a atins finalitatea normală aşa încât să fi putut deveni conştient] (Freud, 1980, p 255)

O satisfacere substitutivă, destinată s-o înlocuiască pe cea refuzată de viaţa normală (Freud, 1980, p 260)

Care să fi fost conflictul ce mă determina să mă miros? Probabil că cel între apartenenţă şi independenţă. Voiam să fiu una cu părinţii, ca sugarul. Dar în acelaşi timp şi liberă să fac e vreau. Aşa că substituiam pulsiunea de a fi permanent în braţele şi cârca părinţilor prin mirositul compulsiv de mânuţă.

Da, mă fixasem afectiv în trecutul sugarului. Prin mirositul de mână făceam regresie. Libidoul meu adoptase obiectul propriei mele mânii în locul fuziunii cu părinţii, pe care o solicitam în permanenţă şi îmi era refuzată.

Făcusem din mirosit o plăcere. Freud spunea că individul care îşi cheltuie rezerva de energie potrivit principiului plăcerii îşi împiedică ieşirea din simptom şi dezvoltarea. Ba, mai mult, cugetă cu regret la fericirea din trecut, exact cum făceam şi eu.

Ajung la partea cu fixaţiile.

Înţeleg că *fixaţiile sunt moduri prin care libidoul mai scapă de tensiunea conflictului obţinerii satisfacerii sale proţăpindu-se în trecut. Fixaţia e cristalizarea unei anumite cantităţi de energie libidinală pe ceva din trecut. Mirositul meu poate fi şi simptomul manifestării unei fixaţii orale*.

Ce făcea fixaţia orală?

Din scrierea lui Freud nu am priceput. Am căutat pe Wikipedia.

Fixaţia orală se manifestă la maturitate prin comportament manipulativ şi sadism2. Comportamentul manipulativ îmi tot era sos în evidenţă. Nu doar la terapie.

Sadismul ştiam că îl aveam încă din copilărie. Mi se

spunea că sunt sadică, deoarece chinuiam oameni şi animale mici. Renunţasem la a chinui animalele. Însă manifestam tente de sadism în interacţiunea sexuală. Pomenisem la un moment dat la terapie despre cum că îmi place să îmi chinui partenerii ca să ating mai bine orgasmul.

Entitatea rămăsese cu gura căscată şi cu o privire îngrozită. Am decis să nu-i mai detaliez preferinţele mele BDSM3. Păreau a fi prea mult pentru fiinţa de la terapie. M-am concentrat pe mirositul mânii. Care putea avea legătură cu neînţărcarea ce îmi fusese înaintată cu ceva vreme în urmă.

Nu reacţionasem normal la înţărcare, evenimentul cu caracter afectiv pronunţat. Mi s-a spus că făcusem ruptură comunicaţională.

Mie îmi părea că degrabă mă miroseam din dorinţa de încorporare şi identificare cu obiectul plăcerii.

Aveam preferinţe sexuale sadice şi eram manipulativă pentru că aveam o fixaţie orală. Simptomul ei era mirositul.

Înţelesesem piesa mirositului!

Dar cu visatul meu cu ochii deschişi cum rămânea? Mă gândisem la reveriile mele fantasmagorice şi eroice când citisem că simptomul se substituia unui lucru ce nu fusese dus până la capăt. Fanteziile în care eram respectată şi deţineam controlul situaţiilor rămâneau fantezii. În realitate mă simţeam nedemnă şi incapabilă să-mi gestionez deprinderile rele ca mirositul mânii, lipsa de atenţie şi făcutul în ciudă. Simţeam că sunt cineva şi fac ceva important doar în reveriile mele. Nu-mi duceam scenariul de succes până la capăt, nici măcar nu încercam să îl transpun în realitate într-un fel sau altul.

Îmi consumam nevoile de stimă şi apreciere din partea celorlalţi prin intermediul visatului cu ochii deschişi.

Piesa fanteziilor.

Simptomele *pot fi şi fantezii ale bolnavilor* (Freud,

1980, p 307).

Deformarea realităţii relevă situaţii modelate după evenimentele vieţii infantile, întâmplări închipuite, cu care pacientul îşi maschează istoria adevărată a copilăriei, aşa cum popoarele îşi prezintă istoria sub formă de legende. Jung ar spune că legendele sunt forme ale manifestării inconştientului colectiv.

Ştiam deja că îmi făcusem de cap cu arhetipul infans, mai ales atunci când mă bâţâiam şi îmi construiam în minte tot soiul de scenarii. Stoparea bâţâielii nu a adus cu sine şi încetarea vieţii mele fantasmagorice. Ea îşi vedea de treabă bine mersi în timp ce făceam diverse activităţi. Da, mergeam pe stradă, lucram şi citeam în timp ce mintea mea era pe jumătate prinsă într-un complicat scenariu în care făceam şi dregeam, motiv pentru care eram respectată şi stimată.

Produsele cele mai cunoscute ale fanteziei sunt reveriile. Satisfacerea imaginară a unor dorinţe ambiţioase, grandioase, erotice, satisfacere cu atât mai completă şi mai exuberantă cu cât realitatea impune modestia şi răbdarea. Recunoaştem cu o claritate izbitoare, în aceste vise în stare de veghe, esenţa însăşi a fericirii imaginare care constă în a face dobândirea plăcerii independentă de sentimentul realităţii (Freud, 1980, p 310 – 311).

Găsisem o explicaţie freudiană pentru realitatea psihică a reveriilor mele. Înţelesesem că făceam dovada unei ruperi de lumea ce mă înconjura, refugiindu-mă în mintea mea. Era o altă îndeletnicire găunoasă ce se subsuma https://en.wikipedia.org/wiki/Oral_stace (accesat la 15.05.2016)

BDSM este un termen ce denotă o gamă largă de practici sexuale, incluzând jocuri de rol, dominanţă/subordonare, constrângere, sado-masochism şi alte dinamici interpersonale. BDSM este prescurtarea denumirii din limba engleză

„Bondage & Discipline, Dominance & Submission,

Sadism & Masochism". (https://ro.wikipedia.org/wiki/BDSM accesat la 15.05.2016)

principiului plăcerii. O conştientizam şi nu mai voiam să o fac. Realizam că nu se putea cu una cu două să am răbdarea şi modestia ca prezenţe constante în viaţa mea.

Mă refugiam în rezervaţia naturală a visatului cu ochii deschişi pentru că mă simţeam incapabilă să răspund cum se cuvine exigenţelor vieţii. Poate pentru că simţisem la un moment dat că cei din jurul meu se aşteptau ca să mă fac mare cât mai repede, să îi fac să fie mândri de mine, dar în acelaşi timp să şi rămân dependentă de ei, să le arăt că am nevoie de ei. Aşa că mă revoltasem pe tot şi pe toate deşi îmi doream să fiu cum se cuvine.

Entitatea terapeutică îmi arăta mereu că ciuda şi cinismul meu sunt dovezi ale unei incapacităţi emoţionale. Am găsit un paragraf care îi contrazicea ipoteza.

Ca şi sentimentele de iubire, sentimentele ostile sunt un semn de ataşament afectiv, aşa cum sfidarea şi obedienţa exprimă sentimentul de dependenţă, deşi cu ajutorul unor semne contrare (Freud, 1980, p 358). Deci era aceeaşi Marie, dar cu o altă pălărie.

Tot nevoi afective se chema că am, doar că le exprimam şi consumam prins semne contrare.

Ce era de făcut cu ale mele conţinuturi afective? Să le dau voie şi să le exprim, aşa cum spunea persoana de la terapie?

Ce voiam cel mai mult şi mai mult?

Demnitate şi respect. Acelea erau sentimentele pe care le încercam cel mai mult la nivel de fantezie, nu iubire şi afecţiune necondiţionate, cum presupunea entitatea.

Ridicând inconştientul la nivelul conştiinţei suprimăm refulările, îndepărtăm condiţiile care guvernează formarea simptomelor, transformăm conflictul patogen într-un conflict normal, care într-un fel sau altul va sfârşi prin a fi rezolvat (Freud, 1980, p 352). *Vindecarea constă în faptul că nevroticul are un grad mai mare, mai ridicat de conştient şi mai puţin inconştient decât avea înainte. Prin*

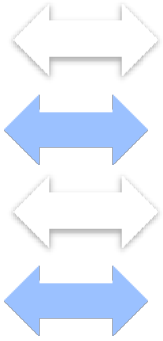
cercetarea refulării, prin descoperirea rezistenţei, prin punerea în relief a ceea ce este refulat, reuşim realmente să rezolvăm problema şi să învingem rezistenţele, să suprimăm refularea şi să transformăm inconştientul în conştient (Freud, 1980, p 354).

Care era rezistenţa mea? După capul entităţii era respingerea iubirii. După mine eram doar un om fricos care voia să ajungă demn şi respectabil.

M-am gândit să-mi explorez puţin şi latura sensibilă, să verific dacă am probleme cu respingerea iubirii. Plus că poate-poate aveam să simt un avânt în a face ceva cu mine.

Mai întâi am scris exagerat despre sensibilitatea mea:

Anumiţi stimuli îmi generează reacţii emoţionale imediate şi puternice. Eu le inhib şi le înghit din frica de a nu le arăta celorlalţi fragilitatea şi delicateţea mea. Dar mă impresionează să văd sensibilitatea, delicateţea şi fragilitatea în alţii. Simt fizic (piele de găină, fiori pe şira spinării, senzaţie de plenitudine, căldură, nod în gât, palpitaţii, euforie, simt că plutesc / înot), interiorizez şi văd cu ochii raţiunii. Spiritul tresaltă de bucurie. Aşa fiinţa mea se umple de emoţia pe care a determinat-o auzul unui anumit acord muzical sau sesizarea sensibilităţii / fragilităţii / puterii / vigorii / delicateţii unui individ.



Deci puteam. Ba mai mult, punându-mi problema lucrurilor care mă impresionau am ajuns tot la putere şi vigoare. Aşa mi-a venit ideea să îmi fac un tablou al personalităţii mele.

ABC à Triada Ethosului Viorelei

Figura 1. Ansamblul de trăsături specifice V.S.

Erau trei extreme. (a), lumea instinctelor mele era polul care îmi era cel mai drag. (B), spaţiul vulnerabilităţii mele era ceva ce nu-mi convenea. Dar mi-am propus să îl accept şi să îl exprim de fiecare dată când mă cuprindeau sentimentele sensibiloase. Să nu-mi mai fie frică de vulnerabilitate. Pentru că ştiam că dacă o voi experimenta mai mult îmi cresc şansele către a mă împrieteni mai mult şi cu (C), partea mea spirituală.

Simplul fapt că reuşisem să îmi diferenţiez trei forţe psihice îmi oferise un zvâc de încredere. Parcă mă plictisisem să mă tot analizez şi să fantasmez fără să fac nimic. Îmi doream să fiu un om energic, care reuşeşte şi nu un nevrotic care se îmbuibă cu psihanaliză şi reverii.

M-am decis să îmi renovez camera de zi. Măcar cu spaţiul de locuire să fi fost mulţumită. În procesul de reamenjare am observat că manifestam exact acelaşi tendinţe pe care le tot blamam la mama mea. Mi se făcea inima mică când era vorba să renunţ la câte ceva. Noroc că am cerut ajutorul prietenilor la mutatul de mobilă şi cărţi. M-au susţinut hotărâţi să nu mai mut de colo-colo nişte troace de care nu aveam nevoie.

O tot criticam pe mama că e rezistentă la schimbare. După ce am scos cu inima strânsă biblioteca şi servanta cele vechi şi uzate m-am simţit eliberată de o povară. Scăpasem de mobilierul comunist!

Aveam să aşez mobila altfel, scaunul aşezat pe după uşă pe care îl criticase entitatea avea să fie mutat lângă geam, cu tot cu biroul din faţa lui. Acolo nu mi se deschidea nicio uşă în faţă şi aveam şi o lumină mai bună.

Am cumpărat mobila în aceiaşi culoare cu cea veche, maro închis. Bine că m-am sfătuit cu un arhitect care mi-a dat ideea să folosesc albul în amenajarea locuinţei. Parcă am avut o revelaţie. Îmi făcusem o sufragerie cam ca înainte, doar că mobila era nouă şi aşezată diferit. Suspectam că eram exact ca mama, nu voiam să schimb de

fapt nimic.

M-am umplut de ciudă. Am dus mobila înapoi. Am luat una albă şi am regândit aşezarea tablourilor şi culorile de pe pereţi. Am reflectat şi reflectat. Cum mi-ar fi plăcut mie să arate sufrageria? Dincolo de ce spuneau toţi ceilalţi. Am găsit în cele din urmă o configuraţie care mi-a convenit. Eram satisfăcută de sufrageria mea.

Aveam mai mult loc pentru toate, făcusem şi un colţişor de cafea, lângă canapea. Pusesem o măsuţă mai înaltă chiar lângă canapea, alături de care aşezasem un scaun mare de lemn. Era rotativ, avea o spetează mare şi două braţe ample. Te puteai răsturna cu tot cu scaun dacă nu ştiai cum să stai.

Vine entitatea. E încântată că am făcut totul alb. Se aşază chiar pe scaunul cu pricina. Îi avertizez domnia că ar putea pica. Zice că se descurcă. Nu insist. Mă aşez şi eu pe canapea. Nu prea îmi convine. Entitatea stă mai sus ca mine. Mi se mai şi adresează cu un ton părintesc.

Vio e un lucru mare ce ai făcut tu cu spaţiul tău de lucru, albul acesta e semn de primenire interioară şi exterioară.

Da, mă regăsesc în această sufragerie.

Sunt curioasă cât va dura până se va răsturna cu scaunul.

Uite acum putem să stăm şi să ne privim faţă în faţă, ca doi oameni maturi.

Da, în timp ce tu stai împărăteşte cu spinarea pe spetează iar eu trebuie să stau răsucită dacă vreau să te privesc în ochi, sau fără sprijin la spate dacă aleg să fiu chiar faţă în faţă cu tine. Halal egalitate îmi zic eu în capul meu, totodată mă intrigă ce îmi zice.

Foarte interesant. Şi cum de nu mi-aţi spus asta de la prima şedinţă? Că aş fi făcut astfel încât să stăm faţă în faţă de pe atunci. Sau puteam veni la cabinet…

Agentul înghite în sec şi îşi drege vocea.

Cine se putea înţelege cu tine atunci? Făceai un vacarm de nedescris, nici cinci minute nu puteai sta

locului… aaahh!

Entitatea e gata-gata să ajungă grămadă pe podea. Are noroc că uşa e deschisă şi scaunul se sprijină în cădere de uşă. Mă abţin cu mare caznă să nu râd în hohote.

Nu comentez nimic şi îi ofer locul meu de pe canapea. Mă simt bine, stau acolo unde merit şi îmi voi păstra locul de acum înainte. Nu de alta, dar trebuie să recuperez un an şi ceva de stat pe te miri unde în timpul şedinţei. Mă cam îngrozeşte că nu am acordat atenţie locului în care stăteam.

Bine că mi-a arătat agentul că am scaun cu jocuri de putere, am renovat şi aşa s-a creat ocazia să văd. E bună şi terapia la ceva, îşi merită banii.

Toată şedinţa vorbim de posturi şi jocuri de putere. Abia la final am zis în treacăt că eram total nemulţumită că observasem tendinţele mamei în mine.

De la fantezie ajunsesem la niscaiva acţiune însă nu mi se părea deloc suficient. Eram conştientă că nu făcusem mare lucru cu mine şi cu inadecvările mele.

Piesa identificării cu mama.

Mama îmi dăduse un feed-back ambivalent pentru renovare. Pe de-o parte îmi spunea că îi place, e frumos cum am refăcut camera şi balconul. Pe de altă parte îmi reproşa că am renunţat la ramele tablourilor şi „nu mai bine lăsam eu lucrurile ca înainte şi nu mai cheltuiam bani?”. Încercam să nu-i răspund cu aceeaşi monedă la critică.

Căutam să am o atitudine mai relaxată faţă de ea şi o perspectivă mai puţin încrâncenată în privinţa rolului pe care îl jucase în formarea ticurilor, anxietăţilor şi tensiunilor mele.

Dar degeaba căutam. Căci nu reuşeam. Aveam o furie bazală, mocnită pe mama. Credeam că din cauza ei mă simt neputincioasă şi nedemnă. Aş fi vrut să mă detaşez de mama, mai ales că se mutase cu totul la bunica.

Numai prin detaşarea de părinţi individul va înceta să mai fie copil, devenind membru al colectivităţii sociale

(Freud, 1980, p 285).

O blamam eu pe mama. Dar o şi imitam. Văzusem acest lucru în timpul renovării. Şi cu mai bine de un an în urmă, când mă lăsasem de bâţâit. Mi-am zis că şi mama se bâţâia înainte să adoarmă. Voisem să demonstrez că puteam să nu fiu ca ea!

Mama mă ajuta şi financiar. Eram dependentă de mama şi aveam o atitudine ostilă faţă de ea.

La terapie mă văicăream de mama focului. Eram îndemnată să fiu „tolerantă şi flexibilă, să accept că finalizarea unor lucruri precum împăcarea cu mama nu se petrece imediat, aşa cum mă aşteptam eu să se întâmple”. Mi-a propus să fiu eu cea care îşi modifică atitudinea. *„Mama îşi continua acelaşi tip de comportament pentru că şi eu îi dădeam acelaşi tip de răspuns”*.

Mă aşteptam ca mama să nu se mai comporte cu mine ca şi cum aş fi avut cinci ani. Adică să mă cicălească cu lucruri mărunte, să mă întrebe dacă am mâncat şi dormit bine. Doar observase că pot să le fac bine de una singură, încă de când stătea cu mine. De cele mai multe ori eu eram cea care gătea. Nu mă mai plângeam că am insomnii şi nici Lexotan sau Stilnox nu îi mai cerusem de un an.

Nu aveam însă răbdare să-i explic calm că nu mai era cazul să îmi pună întrebări destinate copiilor. Mă înfuriam şi ţipam ca un ţânc răzgâiat de o mamă protectivă.

Văzusem negru în faţa ochilor când într-o zi m-am dus să o vizitez pe mama la muncă şi mi-a spus să îi salut colegul de faţă cu el. Amintirea incidentului cu varza era proaspătă şi am reuşit să mă stăpânesc şi doar să o rog să nu mai facă aşa ceva. Desigur că între patru ochi. Surprinzător mama a părut că înţelege şi mă ascultă. Şi-a cerut şi scuze. A fost o discuţie normală. M-am simţit apreciată ca un om mare, mama îmi luase în serios cererea.

O vreme m-am simţit bine cu mine. Curând mi-am seama că în continuare nu puteam spune ce eram şi ce

făceam ca om matur. Până la aprecierea de sine mai aveam cale lungă. Entitatea insista că *„e necesar să învăţ cum echilibrul presupunea şi nuanţe, nu doar extreme”*.

Cică *„majoritatea lucrurilor bune se petreceau undeva între satisfacţia maximă şi neplăcerea maximă”*. Eu mă percepeam fie ca fiind cea mai jalnică din lume, fie ca cea mai fericită din lume. Găseam că aşa învăţasem de la mama mea în copilărie. Pentru ea lucrurile erau superbe, extraordinare sau îngrozitoare.

Degeaba îmi vorbea mama despre echilibru şi bună măsură şi îmi spunea că are încredere în inteligenţa mea care poate gestiona lucrurile perfect.

Tocmai acel perfect mă umplea de groază. Dacă nu îmi ieşea perfect?

Mama mă condiţionase să fiu o perfecţionistă. Măcar dacă ar fi avut o atitudine constantă în a susţine acel perfecţionism. Dar, nu era oscilantă între lucrurile făcute ca la carte şi „lasă că merge şi aşa”.

Mai mult, mi se părea că mă înconjurase ba cu un exces de afecţiune şi răsfăţ, ba cu absenţă. Îşi vedea de serviciu şi pacienţi sau ce altceva o mai preocupa şi mă ignora. Pendulam între a-mi fi satisfăcută orice pretenţie nemăsurată şi a fi neglijată.

De aceea funcţionam în logica extremelor şi nu eram capabilă să-mi însuşesc un simţ al măsurii. Să mă mulţumesc şi cu mai puţin.

Dar când am citit că *o abatere temporară în ansamblul componentelor produce întotdeauna o schimbare a rezultatului* (Freud, 1994, p 159) m-am umplut de speranţă. Mi-am spus că dacă mă concentrez mai mult pe bunul simţ şi nu pe extreme o să reuşesc în cele din urmă să mi-l însuşesc, o să scap de tocana cu perfecţionism şi lasă că merge şi aşa.

Dar şi de deviza *„satisfacţie maximă cu efort minim”* pe care începusem să i-o înaintez mamei pe când aveam vreo 12 ani ca să scap de cicăleala ei întru a-mi face lecţiile. Mă lăudase pentru acea expresie de cum o auzise.

O făcuse să râdă, găsea că eram inteligentă şi nu mi-a explicat că strădania şi truda erau de cele mai multe ori responsabile pentru mulţumirea oamenilor.

Uneori mama spunea că era genul de persoană care mai mult muncea şi nu se relaxa şi distra. Uneori afirma cum dorea ca fiica ei să fie scutită de efort şi neplăceri.

Poate de aceea ajunsesem eu să identific efortul cu neplăcerea, să îmi fie frică de el. Pe de altă parte mi-l doream pentru că vedeam că mama era respectată de cei din jur pentru că muncea din greu cu pacienţii ei. Îi şi plăcea. Îi citeam bucuria şi mulţumirea pe chip când o vizitam la muncă sau când aveam ocazia să o observ la consultaţii. Părea relaxată în faţa pacienţilor.

Eu eram geloasă pe bolnavii trataţi de ea, mi se părea că primeau de multe ori mai multă atenţie ca mine. Aşa că mă revoltam, refuzam să fac ce vedeam că făcea mama, muncea susţinut. Inconştient voiam să o pedepsesc că nu îmi dădea atenţie. În acelaşi timp mă pedepseam şi pe mine. Pentru că tot inconştient mă identificam cu mama şi voiam să fiu ca ea, apreciată şi respectată de cei din jur.

Din conflict şi reactivitate ajunsesem să fac economie la efort.

Prin economie în sfera psihicului Freud înţelege reproducerea, distribuţia şi consumul de energie biologică, în concordanţă cu principiul universal al efortului minim şi al efectului maxim, dar şi cu principiile plăcerii şi al realităţii (Freud, 1994, p 245).

Când am aflat cum vede Freud treaba cu economicitatea energiei mi-am zis că merit o cupă pentru descoperirea mea timpurie a acelui principiu. După care mi-am dat seama că a mea cupă nu ar fi făcut nici cât o ceapă degerată. Deoarece energia pe care o tot stocam făcând un minim efort se ducea pe apa Sâmbetei. O investeam în compulsivul principiu al plăcerii, în ticuri şi în anxietăţi.

Anxietăţile şi ticurile erau probabil şi o energie refulată. Aveam mult dinamism în mine. Nu puteam sta

locului. Mama îmi spunea că o zăpăcesc şi o obosesc. Însă din frică că m-aş fi putut accidenta sau îmbolnăvi nu mă trimitea afară la joacă. Aşa că făceam şi mai rău. Mă revoltam pe fricile ei. Dar mă şi identificam inconştient cu ele. Mă credeam o mototoală şi-mi era teamă ca nu cumva să mă îmbolnăvesc.

Îndemnul *„ai grijă să nu te îmbolnăveşti / loveşti/ suferi / oboseşti”* era în contradicţie cu impulsul meu

„Vreau să fac, să mă mişc, să am”. Mai primeam şi câte un *„MENAJEAZĂ-TE, lasă că merge şi aşa”*, de parcă aş fi fost ultima clorotică şi anemică. Nu eram. Dar ajunsesem să mă simt uneori aşa. Şi mă înfuriam. Aşa că făceam cel mai mare tărăboi şi ajunseseră să mă amuze haosul şi debandada. Era de fapt un haz de necaz.

La terapie mi s-a spus că *„îmi fusese anulată nevoia de creştere”*. Eu aş fi zis că îmi era pedepsită pulsiunea de acţiona.

Adică da, *„mă revoltasem pe mama şi pe mine”*, şi poate *„mă identificam cu interdicţiile”*, de aceea mă înfuriam şi le făceam pe toate pe dos, dar FĂCEAM! Acesta era cuvântul cheie în dinamica adaptării şi dezadaptării mele.

Admiteam că *„prescripţiile mamei întru auto-conservare erau excesive”*.

De aceea mă revoltam, făceam boacăne, tămbălău, zgomot, debandadă, exageram mirositul, bâţâitul şi alte gesturi repetitive. Ca să îmi consum pulsiunea de a face. Rău sau bine, eu trebuia să fac!

Poate şi pentru că mama era tipul de persoană care mai mereu făcea câte ceva. Şi avea un debit verbal teribil.

Ajunsesem să fiu la rândul meu cicălitoare cu cei din jur. O imitam pe mama.

Supraestimam tot felul de situaţii şi pericole. Ca să mai scap de tensiune băgam şi câte o idealizare perfecţionistă. Şi aici o imitam pe mama. Pentru ea multe lucruri erau extraordinare şi superbe.

Mama avea tendinţa de a funcţiona în extreme. O

preluasem. Însă mama nu era doar atât. Avea şi o conştiinţă morală. Spre paguba mea imitasem dinamica extremistă, mă revoltasem şi nu prea acordasem importanţă moralităţii spiritului ei de loialitate şi dedicare faţă de pacienţi, familie şi prieteni.

Venise şi vremea să nu mai bat toba că eram prea puţin adaptată din cauza mamei. Aveam totuşi un simţ al datoriei în mine. Îl tot observasem la mama. Îl înţelesesem dar căutam să fug de el, căci aveam impresia că îmi şterbea libertatea.

Simţeam că era de datoria mea să mă fac bine, să n-o mai imit pe mama şi să nu mai fiu înciudată pe ea. Să obţin echilibrul, să înţeleg nuanţele, să văd dincolo de neagra catastrofă a inadaptării şi dincolo de albul miracol al atotputerniciei.

Aveam şi autocritica conştiinţei morale pe lângă pretenţiile mele de a fi centrul atenţiei tuturor din jur.

Instituirea conştiinţei morale a fost, în fond, o întruchipare în primul rând a criticii părinteşti, iar mai târziu a criticii sociale”. (Freud, 1994, p 275). Mama îmi spunea să am grijă, eu mă revoltam dar în acelaşi timp şi absorbisem premisa că era de datoria mea ca la un moment dat să nu mă mai revolt şi să fac ce trebuie. Aveam o bază pentru propria mea critică care mă ajuta cât de cât la propria-mi introspecţie.

Freud ar fi spus că frica mea de efort şi boală era hiper-economicitatea energiei vitale specifică nevrozei.

Entitatea zice că „e o formă de minimizare, merge mână în mână cu reactivitatea, ce o contrabalansează”.

Îmbrăţişasem ideea, mă plâng un pic de neputinţa mea, după care vreau să-i arăt contrariul. Fac un tabel.

HIPER-ECONOMICITATE	*REACTIVITATE*
1. nu-mi stresez corpul	*beau peste măsură*
2. nu pot, mă depăşeşte	*sunt cea mai tare, proşti (orgoliu, comportament isteric, pa*

	suficienţă)
3. nu mă obosesc:	*pentru că nu am obosesc mă apuc să pe culpabilizez pe celălalt evidenţă defectele*
a) *nu-mi menţin atenţia*	*fantazare*
b) *nu fac efort fizic*	*Insomnii, atacuri de*

— Ce părere aveţi? Mi-am reprezentat bine ce aţi zis?

— E o bună aliniere a dezadaptării. *A nu menţine atenţia şi a fugi de efortul fizic e o lipsă de afirmare, duce la o stază energetică*.

Ok, îmi spun în mintea mea, entitatea simte nevoia să explice lucrurile pe limba domniei sale, are un fetiş cu jargonul psihologic al afirmării şi stazei. Hai treacă de la mine, mai fac o linie în tabel, să nu-şi simtă intervenţia minimizată.

a) + *b*) *a nu mă afirm*	*stază energie*

După care m-am revoltat că iar eram îmbiată la afirmativitate. Înţelesesem că presupunea să găsesc soluţii, să pun acţiunea pe roate, să mă exprim. Deja mă scotea din minţi staza.

Bine, sunt prizoniera stazelor şi blocajelor. Îmi pare că sunt într-un sarcofag, dar lasă că explodez eu, nu degeaba am luat de la mama tendinţa de a exagera.

Las-o pe mama în pace şi vezi-ţi de ale tale.

Serios? Cum?

Mă întreb *ce nevoie nu o satisfac în mod natural, coerent, ca să ajung la o exagerare*.

Să fiu şi eu cineva, să mă recunoască lumea ca demnă şi respectabilă îmi venea să-i zic, dar am tăcut.

Presupuneam că avea să îmi bage discursul cu afirmativitatea şi angajarea.

M-am jucat cu ideea de exagerare care pansează dependenţa de mamă. Dacă nu mă puteam remarca fiind pe propriile mele picioare atunci mă remarcam prin exagerare şi abuz.

Apoi am trecut rapid la nevoi ca să nu ajung la nedorita-mi angajare şi carte de muncă. Am zis să-i fac jocul persoanei de la terapie şi am spus că am nevoie:

de afecţiune să mă simt bine cu mine însămi să fiu coerentă cu ceilalţi

Agentul nu se lasă mai prejos şi vine cu propria-i adăugire:

să găsesc o cale naturală de a-mi exprima emoţiile.

Ce-i aia natural? Cum defineşti naturalul? îmi spuneam doar pentru mine în timp ce entitatea se strofoca să-mi explice că „afirmativitatea emoţiei reduce staza afectivă".

Râdeam pe sub mustaţă de fixismul cu afirmarea şi staza şi apoi împroşcam cu noroi condiţionările la care fusesem supusă în copilărie.

Mă luminasem că aveam identificare cu mama. Dar şi o mare revoltă pe identificare.

Voiam să scap de fricile mele iraţionale de boală, pe care găseam că le aveam din identificarea cu fricile mamei de posibilele mele boli. Învăţasem să invoc boala în copilărie ca să atrag atenţia mamei. Tata, care era pediatru, spunea mereu că mama îmi căuta în coarne cu aşa-zisele mele boli şi mă lasă fără imunitate din prea multă grijă. Îmi era clar că de la el nu puteam obţine atenţie în virtutea bolii. Dar găsisem o modalitate să mă aliez şi cu el întru boală. Râdeam de mama şi de fricile ei de răceală şi infecţii.

Îmi părea rău că nu mai era viu, aş fi vrut să revăd ce imitam din el. Şi anume excesele alcoolice şi dorinţa de hăhăială şi spectacol. Dar îmi spuneam că aveam să le ajustez eu cumva exact cum aveam să ajustez şi identificarea cu mama.

Mă contrariase ce mi se spusese la terapie despre frica mea absurdă de boală imitată de la mama.

„Ipohondria mea poate fi consecinţa nemanifestării anumitor emoţii. Presupune trăiri de victimizare. Tensiunea are aici două faţete: *ipohondrie şi victimizare*.

Nu e natural, nu e curgere. Boala părintelui şi pierderea lui pot fi surse de stres pentru copil. Anihilarea emoţiilor pe care le-au generat bolile tatălui au dus la o identificare cu suferinţa tatălui. Nu se poate construi ceva pe suferinţă. Ea trebuie integrată în mod natural, ca tot în mod natural să şi construiesc. Soluţia este rezolvarea suferinţei".

Curgerea aceea naturală nu era o metaforă pe placul meu. Îmi venea să-i zic să se ducă în pădure să admire un pârâiaş, poate se inspiră în a-mi spune cum fac curgere naturală. Putea şi să golească un pahar cu apă în chiuvetă, tot curgere naturală se numea lichidul scurs din pahar.

Ştiam că bolile şi moartea tatălui mă afectaseră. Însă nu cum mi se explicase. Îmi frustraseră nevoile de atenţie şi mă închisesem şi mai mult în mine. Nu mă îmbolnăvisem şi eu ca să primesc atenţie. Nu mă identificasem cu suferinţa tatălui ci cu eroul care l-ar fi putut salva.

Mai degrabă mă identificasem cu mama care chiar îl trata pentru suferinţa lui neurologică. Bolaa tatălui nu fusese ceva atât de dureros pe cât fusese frica de boală la care mă expusese mama.

Persoana de la terapie nu pricepea şi îmi spunea că am un doliu nerezolvat. Poate avea domnia sa unul şi îl proiecta în mine. M-am abţinut să-i spun aşa ceva, nu mi se părea etic să-i chestionez eu viaţa. Am avut un moment de tăcere.

A găsit de cuviinţă să-mi sugereze că poezia *Moartea Căprioarei de Labiş este o fază prin care copilul conştientizează moartea*.

Îmi venea să-i zic că e tufă de Veneţia. Mai bine şi-ar fi luat notiţe ca mine în timpul terapiei. Poate aşa ar fi ţinut minte cum fusesem expusă relativ constant la ideea de moarte. De aceea fie eram cinică fie o luam ca pe un lucru normal. Na, se mai întâmplă să şi mori dacă te naşti. Bunica mea îmi vorbea adeseori despre moarte. Uneori era normală, spunea că e bătrână şi într-o zi va muri şi probabil că îi voi duce lipsa. Alteori sărea calul masiv,

spunând la nervi – „luam-ar moartea să mă ia”, „hai omoară-mă să termin odată cu viaţa asta”, „tu vrei să mă omori”. Prezenţa ideii de moarte în cotidianul meu nu era dată doar de bunică. Pacienţii mamei, medic neurolog, erau adesea „cu un picior în groapă”. Frecvent auzeam fragmente de conversaţie: „e o chestiune de zile” „la vârsta sa mai bine lăsăm viaţa să-şi vadă de treabă”, „este pe ultima sută de metri”, „eu l-am predat viu la ieşirea din gardă”.

Nu vedeam cu ce m-ar fi ajutat pe mine să citesc Moartea Căprioarei. Totuşi m-am abţinut să fiu acidă vizavi de îndemnul de a citi poezia. Dar m-am văicărit că nu mă urnesc să simt şi să acţionez bine.

Subversiv arătam cum mi se tot sublinia că eram cum nu trebuie, că am doliu nerezolvat şi emoţii nemanifestate. Mi-a spus să iau lucrurile *„pe îndelete, ardeleneşte, cu certitudinea că soluţiile sunt acolo şi le voi vedea”*.

Ştiam că voi face eu din rahat bici însă nu neapărat cu ajutorul acelei persoane. Mă gândeam serios să încetez şedinţele şi să încep cu altcineva.

Am vorbit cu mama. I-am spus cum persoana de la terapie pare a fi depăşită de cazuistica mea. M-a contrazis. Mi-a spus că de când a avut loc incidentul cu varza păream să mă fi aşezat pe un făgaş mai bun. Nu mai ţipam atât de des, renovasem casa şi nu mă mai plângeam de insomnii. Plus că renunţasem la bâţâială. Mi-a reapărut sentimentul de vinovăţie pe care îl avusesem după ce o agresasem. Mi-am dat seama că acea vinovăţie mă ţinuse în frâu. N-am zis nimic de vinovăţie însă am început să îi vorbesc mamei despre refularea energiei mele.

Viorela dragă, asemenea termeni mă depăşesc. Am încercat şi eu să citesc psihanaliză şi mi-am dat seama că nu era de mine. Era prea abstractă. Prea deşteaptă pentru mintea mea. Eu ştiu să tratez şi să explic simptome neurologice. Ştiu de ce îl doare pe pacient, de ce amorţeşte sau ameţeşte. Şi cum să îl tratez ca să nu-l mai doară şi să nu mai ameţească. Nu mă pricep la bolile

spiritului, la suferinţele sufleteşti, nu sunt psihiatră.

M-a lăsat cu gura căscată. Avea o bun simţ. Era modestă şi onestă. Voiam să ajung şi eu aşa. Şi-a continuat discursul, m-a surprins din nou.

Uite, dacă simţi că situaţia ta depăşeşte pe X, poţi apela la prietena mea L, care e psihiatră şi sigur se pricepe şi la psihanaliză. Poţi să vorbeşti cu ea. Fie îţi va fi suficient să i te descarci ei, fie îţi va recomanda pe altcineva. Care să te ajute, să te simţi mulţumită şi împăcată. Mai e şi D, fiul vechilor noştri prieteni, care face un fel de terapie. Avem nişte cărţi scrise de el prin casă. Uite-te pe ele. Eu pot vorbi oricum cu el. Poţi să faci o şedinţă de probă şi vezi dacă cu D te înţelegi mai bine.

Era flexibilă a mea mamă, nu glumă. Îmi propusese trei variante. Să continui cu aceiaşi entitate, să vorbesc cu o psihiatră şi să încep lucrul cu un alt terapeut. Plus că mă luase în serios, din nou îmi recunoştea statutul de om mare. Simţeam că mă respecta.

Am căutat cărţile acelui terapeut. Prezentau un talmeş-balmeş teribil. Era amuzant şi interesant. Până la experienţele şi discursurile religioase. Primenirea şi iubirea pe care le primeam eu la terapie erau mici copii pe lângă vălmăşagul biblic din acea carte, aşa că am continuat întrevederile cu entitatea pe care o aveam.

Am citit Moartea Căprioarei şi m-a surprins îmbinarea între iubire, moarte şi agresivitate. Poezia prezintă mersul la vânătoare al copilului (autorul) alături de tatăl său, într-o perioadă tare secetoasă. Găsesc turma de căprioare adăpându-se, copilului i se face milă, îşi doreşte ca tatăl să nu ochească căprioara. Acesta însă o nimereşte şi copilul tresare la auzul izbândei – „avem carne”. Copilului i se face sete, bea apă din acelaşi loc de unde băuse şi căprioara, ajunge să „se simtă legat prin sete de vietatea ce a murit”. Totodată îşi aminteşte că sora lui e „flămândă, bolnavă şi pe moarte”. Plânge, se gândeşte la moartea căprioarei, îşi cere iertare şi poezia se încheie cu copilul care spune: „Plâng. Ce gândeşte tata?

Mănânc şi plâng. Mănânc!”

Poate că se voise să-mi fie arătată blândeţea acelui copil. O înţelesesem, mi se părea frumoasă. Dar eu aş fi mâncat căprioara fără nicio remuşcare. La fel cum aş fi şi ochit-o.

Mi s-a subliniat cum fac un *„amalgam între iubire şi agresivitate”*. Simţeam că vrea să mi se bage cumva bage blândeţea în suflet, să fiu ajutată să-mi însuşesc o caracteristică feminină.

Am deschis de bunăvoie joaca cu premisa de cuplu. Mi se bătea moneda cu *„dragostea şi sentimentele exprimate şi împărtăşite”*.

Nu rezonam, eu voiam să fac acţiune şi colaborare cu partenerii mei.

Da, poate că se cuvenea să fi fost mai blândă. Însă nu exprimarea blândeţii mele mă mâna în a fi cu cineva. Nu simţeam zvâc şi plăcere când eram blândă. Eram blândă din milă şi compasiune. Poate pentru că o imitam şi aici pe mama. N-o prea văzusem să fie blândă faţă de tatăl meu.

Ea era aşa în special faţă de suferinţa umană, adică când mă trata pe mine sau pe pacienţii ei. În rest îşi manifesta afecţiunea faţă de mine vorbind. Sarcasmul şi ironia caustică îi stăteau adesea pe limbă. Le preluasem şi eu.

Relaţia dintre mama şi tata nu-mi părea să fi fost pasională şi tandră. Mai mult se tolerau reciproc şi încercau să colaboreze. Îi unea însăşi ideea de familie. Pe aceea o respectau. Vorbeau despre ei ca familie şi ce era de făcut dar niciodată despre dragostea lor. Îmi inspirau că îşi erau totuşi devotaţi unul altuia. Deciziile le luau împreună şi nu puteam spune că unul e mai tare ca altul, amândoi erau orientaţi către a face lucruri concrete. Fie le planificau şi făceau împreună, fie îşi vedeau de hobby-urile lor.

Mă aşteptam ca să am şi eu la un moment dat ceva similar cu ce văzusem între părinţii mei. În relaţiile mele nu puneam accent pe sentiment, ci pe acţiune. Şi le

vedeam mai mult ca pe nişte plăcute experimente pe care le făceam înainte de a decide să-mi fac o familie. Statutul incert al relaţiei de tip cuplu sau concubinaj nu mă atrăgea. Îmi părea că toţi vor relaţii de amor, ca apoi să se despartă şi să facă dramă sentimentală. Nu era genul meu de dramă. Aveam eu altele pe cap, propria-mi adecvare, adaptare şi dezvoltare. După ce le voi fi obţinut pe acelea, aveam să-mi doresc şi un soţ. Ce atâta cuplu şi iubit? Ori e prieten, ori e familie.

Entitatea mi-a sugerat să-i las pe părinţi şi să îmi construiesc propriul mod de a vedea lumea, dar în acelaşi timp să nu uit că datorită lor sunt eu pe lume.

Da, era o premisă validă, numai că eu aveam o altă bubă.

Poate că nu doar preluasem tiparul relaţional dintre mama şi tata. Ci o imitam pe mama. De multe ori îmi spusese cum decisese ea să se căsătorească cu tata pentru că deja avea o carieră şi lumea din jurul ei se aştepta ca ea să fie măritată.

Luase o decizie bună. Căci la patru ani după ce s-au căsătorit m-am născut eu. Când am realizat acest lucru ciuda mea pe mama a dispărut.

Entitatea îmi indusese acest lucru, îi eram recunoscătoare, contribuise la dezlipirea mea de ciuda pe care o aveam pe identificarea cu mama.

Eram parte din ea şi era normal să mă identific cu ea. Literalmente îi datoram viaţa. Aşa că puteam măcar să mă ajustez şi să pot spune ce sunt şi ce fac. Dincolo de a pune la zid pe ea sau pe tata pentru fricile şi ticurile mele.

Ştiam că nu avea să-mi iasă cu una cu două. Dar îmi propusesem să mă străduiesc.

M-am plâns la terapie că cea mai mare suferinţă a mea era că nu aveam răbdare şi curaj să fac tot ce îmi doream, adică să mă fac om mare şi respectat.

Entitatea îmi prezintă „dinamica copilului răzgâiat”.

Cu cât i se oferă mai mult copilului, cu atât situaţiile în care va fi privat de ceva vor fi gestionate mai catastrofic.

Super, ştiam şi eu că fusesem răzgâiată, chiar de dinainte să mă apuc de terapie. Ce e de făcut să nu mai fiu aşa?

Mi-a dat-o cu *necesitatea convertirii energiei din mecanismele de apărare în manifestări constructive*. Iar simţeam că bate apa în piuă.

— Care sunt mecanismele mele de apărare? Cum funcţionează?

A început cu ticurile, neasumarea, suferinţa abandonului şi a doliului. Oftam a pagubă. M-a întrebat de ce oftez. Evident că am întrebat de ce crede că o fac.

— *Oftatul este o manifestare a unui deficit, să observ ce conţinuturi ar putea avea el*.

Bravos! Oftez că mă tot frecaţi la icre cu doliul! Îmi spun doar pentru mine în timp ce grăiesc diplomat către entitate.

Mi se pare greu tot demersul acesta terapeutic.

Când vrei ceva cu adevărat nu mai percepi demersul ca fiind însoţit de efort.

— Cum aşa?

*Pentru că dispui de raportul optim, coerent şi na*tural *între investirea de energie şi anticiparea finalităţii*.

Ce n-aş da eu să anticipez finalitatea fără ca tensiunea fricii să mă blocheze!

Dacă îţi asumi nu te mai blochezi.

Zbang! Parcă îmi dăduse cu leuca în cap. O ţinea una şi bună cu asumarea. Discursul asumării fusese bun în renunţarea mea la bâţâială. Mă aşteptam la ceva nou, care să mă pună în mişcare şi nu primeam. Îmi venea să renunţ cu totul la terapie. Dar mi-am spus că până la urmă îmi dăduse un prilej de reflectare asupra relaţiei cu mama şi reuşisem să nu mai fiu înciudată.

Am trecut peste moment, înghiţind şi notând o sumedenie de prescripţii ale asumării. Eram cu mintea în altă parte, în aşteptarea unui imbold nou.

A venit rapid.

La un moment dat mi-a spus că *„amânarea e corelată cu principiul realităţii, iar nerăbdarea cu principiul plăcerii”*.

Voiam să înţeleg şi să dobândesc principiul realităţii şi m-am prins la a-l lectura pe Freud din scoarţă în scoarţă.

Principiul realităţii.

Mai întâi m-am dus la târgul de Carte Gaudeamus şi mi-am cumpărat pachetul „Opere Esenţiale Sigmund Freud”, unsprezece volume ce conţineau majoritatea scrierilor freudiene. Pe unele le-am citit integral, pe altele parţial.

Apoi de cum am ajuns acasă m-am apucat de lectură.

Am priceput că introducerea principiului realităţii avea o dinamică clară:

Aparatul psihic se adaptează la mediul exterior. Conştiinţa învaţă să sesizeze calităţile senzoriale, altele decât cele de plăcere şi neplăcere, ce sunt interesante pentru copil.

Deci trebuia să învăţ să văd altfel lucrurile. Să îmi educ memoria, decizia de judecată şi acţiunea, vectorii aparatului psihic, să se concentreze pe alte lucruri.

Dominaţia principiului plăcerii poate să ia propriu-zis sfârşit abia cu deplina desprindere psihică de părinţi (Freud, 2010 a, p 15). Realizasem că soarta mea nu mai ţinea de mama sau de tata. Preluasem de la ei nişte modele şi ţinea de mine ce fac cu ele.

Memoria depozitează rezultatele periodice ale activităţii conştiinţei. Aveam modelele. Puteam să le contemplu în voie şi să aleg pe care secvenţe să mă concentrez mai mult sau mai puţin.

Decizia de judecată hotărăşte dacă reprezentarea e falsă sau adevărată, adică în armonie cu realitatea sau nu. Era bun modelul părinţilor mei? În anumite aspecte da. Nu le-ar fi stricat însă mai multă afecţiune împărtăşită. Dispreţuisem eu discursul sentimental de la terapie dar fusese realist.

Acţiunea despovărează aparatul psihic de stimuli şi schimbă realitatea. Ce model puneam eu în acţiune? Pe al părinţilor!

Dar procesul de gândire face posibilă acţiunea. Aşa că puteam să-l regândesc un pic înainte de a-l pune în acţiune.

Tendinţa aparatului psihic este de a se fixa pe sursele de plăcere disponibile. Fix ce căutam eu cu mare aplomb şi apoi dădeam de ceasul morţii că nu mai vreau să fac aşa. Dar se părea că nici Freud nu era de părere că principiul realităţii e învăţat instant. Indivizii renunţă cu dificultate la sursele de plăcere chiar şi după instituirea principiului realităţii. O activitate de gândire rămâne în afara principiului realităţii la orice om, intră în slujba principiului plăcerii. Aceasta e fantasmarea. Deci visatul meu cu ochii deschişi era relativ normal.

Înlocuirea principiului plăcerii cu cel al realităţii se face treptat. Nu de puţine ori procesul e anevoios şi durează. O parte a dispoziţiei psihice către nevroză e dată de educarea întârziată a pulsiunilor în scopul observării realităţii şi amânării plăcerii. Bun, deci se cuvenea să-mi educ şi eu pulsiunile.

Eul-plăcere doreşte şi lucrează pentru obţinerea plăcerii. Eul-realitate tinde spre beneficiu şi se asigură împotriva prejudiciilor. Înlocuirea principiului plăcerii cu principiul realităţii nu înseamnă o anulare a principiului plăcerii, ci doar o asigurare a acestuia. O plăcere momentană, nesigură în urmările sale e abandonată, însă doar pentru a câştiga în acest nou mod o plăcere sigură, care apare mai târziu (Freud, 2010 a, p 18 – 19). Care vasăzică puteam învăţa să abandonez plăcerea nesigură de moment pentru una sigură care aveam să o simt mai târziu. Ştia persoana de la terapie ce ştia cu prescripţiile întru amânare.

Educaţia poate fi descrisă ca incitare la depăşirea principiului plăcerii. Ea oferă un ajutor procesului de dezvoltare a eului şi se serveşte în acest scop de

recompense afective din partea educatorului. Dă greş atunci când copilul răsfăţat crede că deţine oricum această afecţiune şi nu o poate pierde în nicio împrejurare. Da, nu simţisem vreodată că aş fi putut pierde afecţiunea părinţilor mei. Problema mea era că nu îmi ajungea. Nu mă ataşasem de educatorii mei. Eram brânză bună în burduf de câine. Puteam să mă educ singură. Şi să-mi fac un burduf nou. Din acela bun.

Arta împacă principiul plăcerii cu cel al realităţii. Găseşte drumul înapoi de la lumea fantasmelor la realitate. Configurează fantasmarea într-o nouă modalitate de realităţi. Oamenii le acordă acestora importanţă, le consideră reflecţii valoroase ale realităţii. Deci fanteziile mele ar fi fost bune dacă le-aş fi băgat măcar într-o poveste. Sau într-o imagine. Speram să ajung să fac aşa ceva la un moment dat.

În timpul conversiei de la eul-plăcere la eul-realitate pot apărea diverse etape intermediare de autosatisfacere, fixaţii şi iubiri de obiecte. Păi sigur că da! Înainte mă mai bâţâiam un pic înainte să mă apuc de treabă, adică mă mai auto-satisfăceam puţin. Mâna mi-o miroseam în continuare, simptom al unei fixaţii orale. Când renovasem aruncasem cu inima strânsă iubitele vechituri. Dar mai tare mă îngrijora că îmi iubeam cumva obiectele fricii, ipohondriile şi posibilele situaţii catastrofice. Aveam rezistenţe la schimbare.

În cazul rezistenţelor realitatea gândită e echivalentă cu realitatea exterioară, dorinţa cu împlinirea/evenimentul. Omul nu vede realitatea aşa cum e ea datorită distorsiunilor sale de gândire.

Ce aveam eu să fac cu distorsiunile mele? Spre exemplu cu ipohondriile.

Ipohondrul îşi retrage interesul cât şi libidoul de la lumea exterioară şi le concentrează asupra organului care îl preocupă (Freud, 2010 a, p 47).

Nu-şi avea rostul să fiu preocupată de prăbuşirea spatelui din moment ce mergeam la kinetoterapie zilnic şi

radiografiile arătau că a mea coloană chiar se îndreptase. Frica mea de răceală era nesocotită.

Angoasele mele de boli erau în contradicţie cu beţia pe care o făceam în aproape în fiecare sfârşit de săptămână. Beam peste măsură şi mă făleam cu rezistenţa mea la alcool. În starea de ebrietate îmi dispăreau toate fricile de boală, nu îmi mai era frig şi mă simţeam aproape invincibilă. Ţin minte că de câteva am ieşit în maiou afară în viscol. M-am tăvălit şi prin zăpadă.

Ştiam că înmagazinarea unor cantităţi mari de alcool (binge drinking4) în una din nopţile sfârşitului de săptămână putea fi calificată drept o formă de alcoolism, însă una uşoară. Mai era şi acceptată social. Mulţi dintre prietenii şi cunoştinţele mele făceau acelaşi lucru. Ne beam minţile împreună în baruri şi în cluburi. Şi eram gratificată că duceam mult şi eram sac fără fund. Şi făcusem un titlu de glorie din excesele mele bahice. Mai ales că în restul zilelor nu consumam.

Mă conformasem obiceiului social al băutului la sfârşit de săptămână. Obţineam şi eu o apreciere pentru toleranţa la alcool. Mă simţeam puternică şi în control. De fapt era un mic delir de grandoare.

Ştiam că era o iluzie. Numai că detensionarea şi măreţia pe care le experimentam în beţiile mele mi se păreau nepreţuite. Habar nu aveam cum să le obţin altcumva.

Mă gândeam că Freud ar fi spus că am o stază a libidoului pe care o defulez luându-mă de mână cu Bacchus, zeul roman al vinului şi beţiei orgiastice.

Voiam să schimb acest fel de organizare interioară, să scap de stază.

Îmi scremeam mintea întru a găsi o modalitate prin care să ajungă să îmi placă să obţin acea plăcere sigură apărută mai târziu, specifică principiului realităţii.

Mă credeam ca bradul deoarece mă luasem la trântă cu lectura psihanalitică şi mă văitam că am pieptul plin de mucii reprezentărilor şi comportamentelor găunoase.

Aveam senzaţia că harababura mea cotidiană îmi oferea farmecul meu aparte. Înţelegeam că de fapt era mirajul narcisismului şi auto-suficienţei. Dacă era să le înlătur nu ştiam ce să pun în loc. Nu vedeam de ce eram în stare. Ce mi-ar mai fi rămas? Paralizanta frică de eşec, neîncrederea în sine, vina existenţială şi auto-dispreţuirea. Nu puteam să le înfrunt în realitatea lor nudă. Îmi pricinuiau o durere sufletească ce părea să-mi stârpească întreaga fiinţă.

Râdeam cu gura până la urechi de mine portretizată ca o stârpitură mânjită cu sosuri de alcool psihanaliză, cinism, pretenţii şi capricii. Dar atât.

Mă compensam şi eu după cum puteam. Parcă aş fi vrut ca persoana de la terapie să fie mai dură cu mine, să-mi spună că îmi oblojeam cu amăgeli neîncrederea în mine. Să dea un şut în popoul grandomaniei ca să mă duc un pas înainte, să fac ceva concret.

Poate considera că nu eram pregătită să înfrunt ascuţimile realităţii.

O lua domol, îmi vorbea de *„asumarea capriciilor în lucru”*. Rahat pansat. De fapt mi le gratifica. Când mă mai întreba şi care erau nevoile mele îmi venea să-i iau capul şi să i-l dau de masă.

Ingestia unei cantităţi mari de alcool într-un timp scurt.

Nu vedea că aproape de inima mea erau dezordinea, învălmăşeala şi revolta? Să împroşc compulsiv cu tărăboi ca să mă amuz apoi?

Când îi spuneam că mie de fapt îmi place cel mai tare enormitatea harababurii circului şi hăhăielii se uita lung la mine. Aşteptam să-mi zică ceva greu. Cum ar fi fost de exemplu, că îmi alesesem nişte scopuri rele, absurde, pentru a-mi ascunde lipsa unei identităţi coerente. Dar nu.

Îi dădea cu iubirea. Cică de fapt *„negam lumea din jurul meu şi pe mine, nu exprimam iubirea şi nu o acceptam”*. De ciudă că mă umplea de iubire începeam să mă joc.

Mă împăunam că eram sclava obiectelor şi fricilor pentru că aşa fusesem învăţată că era bine. Îi arătam că asociam iubirea cu o condiţionare, cu o lipsă de libertate, ca să pedepsesc. Mă pedepseam pe mine. Pentru că mă jucam abstract cu noţiunea de iubire. În loc să-i spun cum doream să obţin o reflexie valoroasă a realităţii. Că voiam o părere obiectivă despre cum să îmi educ pulsiunile să meargă pe principiul realităţii.

Joaca mea pornea discursul despre iubirea necondiţionată.

Eu mă văicăream şi hăhăiam şi mai şi Eram într-un cerc vicios pedeapsă-gratificare. Însă bănuiesc că insistenţa în ale iubirii a avut de fapt un rol favorabil în apariţia încrederii mele. Mă simţeam înconjurată de iubire. Am mai deschis ochii în ale iubirii şi am realizat cât de importantă era în dezvoltarea optimă a individului.

La o şedinţă am citit o frază:

Ca relaţie cu obiectul ura este mai veche decât iubirea, ea provine din respingerea primordială de către Eul narcisic a lumii oferitoare de stimuli (Freud, 2010 a, p 95).

Speram că aşa va înţelege că trebuia să o lase mai moale cu iubirea.

A încercat să-mi explice cum citatul se referea la rezistenţa nou-născutului în a-şi forma deprinderi noi. Apoi spre disperarea mea a început să-mi vorbească despre „scindarea mea interioară şi frica de a nu-mi fi împărtăşită iubirea”.

Am zis să-i dau o şansă iubirii. Am făcut un talmeş-balmeş cu iubirea refulată.

Condiţia refulării este ca motivul neplăcerii să dobândească o forţă mai mare decât plăcerea satisfacerii (Freud, 2010 a, p 100).

Adică neplăcerea de a-mi exprima iubirea să fi fost mai mare ca plăcerea satisfacerii ei? În locul solicitărilor de iubire adresate părinţilor mă bâţâiam? Făceam ca omul cu lupi? Care îşi înlocuise solicitările de iubire ce simţea să

i le adreseze tatălui cu o angoasă faţă de lup? Era fără sens. Nu mă mai bâţâiam.

Tot ce voiam era să îmi modific acţiunile, să ader la principiul realităţii. Şi la terapie mi se părea că nu eram ajutată în niciun fel.

Dar îmi spuneam să am încredere că în cele din urmă aveam să obţin ceva bun. Renunţarea la bubă, la bâţâială, la Lexotane, la Stilnox, la scanul aşezat pe după uşă i se datorau persoanei de la terapie. Le reluam cu ochii minţii de fiecare dată când mă lua pe sus îndoiala faţă de calitatea gestului terapeutic.

Plus că tot insistenţa în ale iubirii taine mă făcea să mă întreb dacă nu cumva persoanei de la terapie i se părea că nu fusese iubită în copilărie.

Oricărui altuia din afara noastră îi este atribuită propria noastră constituţie şi deci şi conştiinţa noastră, iar această identificare este presupoziţia înţelegerii noastre (Freud, 2010 a, p 120)

În proiecţie omul tratează situaţiile celorlalţi ca şi cum ar fi ale lui, era o interpretare pe care mi-o susţinea însăşi entitatea.

Aş fi fost tare curioasă să aflu istoria copilăriei persoanei de la terapie. Ce impact ar mai fi avut asupra mea dacă i-aş fi cunoscut slăbiciunile? Prost. N-aş mai fi luat deloc în serios ce mi se spunea.

Am lăsat chestionarea în pace şi am încercat să mă concentrez pe mine. M-am gândit că lipsa de încredere în mine era dată de refularea energiei mele.

Reprimarea dezvoltării de afect este scopul propriu-zis al refulării (Freud, 2010 a, p 130).

Dat fiind că mi se spusese constant să mă menajez, să am grijă sa nu cad, să mă lovesc, să mă îmbolnăvesc îmi refulasem energia, lucru ce mi-a reprimat încrederea în mine.

Mama şi bunica îmi spuneau des să nu mă obosesc. Era stimulul ce îmi refula energia, pulsiunea mea de acţiune. Astfel nu mai acţionam, aveam ticuri şi angoase.

Pe alocuri.

Dintotdeauna avusesem multă energie. Nu puteam sta locului. Dormeam puţin. Mi se spunea că eram ca argintul viu. Aflasem prin adolescenţă că predispoziţia mea către o neobosită mişcare se numea hiper-kinetism. Adusesem noţiunea şi în spaţiul terapeutic.

Agentul era de părere că „îmi echilibram agitaţia prin blegeală”. Nu eram neapărat de acord. Dacă eram domoală şi absentă, atunci eram în reverie. Visam cu ochii deschişi. În mintea mea avea loc o frumoasă acţiune în care făceam şi dregeam.

Deci eram bleagă doar cu fizicul.

Îmi doream să-mi transform imaginaţiile şi visările în acţiuni. Să nu îmi mai satisfac dorinţele şi pulsiunea de a face prin fantezii.

Fanteziile erau o metodă prin care îmi consumam energia refulată de frici.

Nu ştiam cum să mă scap de frica efortului cel bun, să îl asociez cu un afect plăcut. Efort rău, cum era băutul în exces, nu aveam nicio frică să fac. Eram plină de amărăciune. Ca să mă mai detensionez îmi mai construiam câteva scenarii în care făuresc şi întocmesc ca o desăvârşită fiinţă umană. *Nevroza implică renunţarea la obiectul real. Libidoul retras din obiectul real se întoarce asupra unui obiect fantasmat* (Freud, 2010 a, p 150).

Devenisem conştientă de nevroza mea şi că fugeam de ea prin scenarii fantasmagorice. Băteam pasul pe loc într-un psihanalitic ritm.

Am uitat instant de nemulţumire când am citit că în prima fază a *identificării subiectul ar dori să-şi încorporeze obiectul prin devorarea lui* (Freud, 2010 a, p 192). Am simţit un mare zvâc în stomac. M-a nedumerit. Anticipam poate ce aveam să descopăr peste patru ani, şi anume că voiam să-mi canibalizez părinţii.

Am adus problema încorporării în faţa entităţii.

Evident că a susţinut ipoteza că eram blocată în etapa identificării şi a corelat-o cu neînţărcarea. S-a activat

şi m-a băgat într-o inchiziţie a întrebărilor, de era cât pe ce să dau în bâlbâială şi alta nu.

„Cum convertesc energia alocată abandonului în dorinţă de acţiune?" – abandonul era o fentă mârşavă a discursului terapeutic care îmi provoca şi mai multă teamă. Dacă eram abandonată atunci însemna că eram handicapată.

„Cum deblochez energia făcută ghem în jurul dorinţei de a nu fi înţărcată?" o deformare a voinţei mele de a avea lucrurile ca înainte. Sănătos ar fi fost să i-o spun onest şi nu să mă bag în sclifoseala pierderii laptelui. Pofta mea de tămbălău permanent, care era rezistentă la schimbare, îmi dădea de cap.

„Cum trec de la principiul plăcerii la cel al realităţii?" – era întrebarea mea la care entitatea nu avea răspunsuri.

„Cum convertesc energia abandonului în da iubire?" – era o pârleală de toată frumuseţea. Nu mă simţisem abandonată în copilărie. Ci uneori nesatisfăcută pe deplin. A da iubire însemna pentru mine să iniţiez joacă sexuală şi să mă desfăt în plăcerile orgasmice. Lucru la care mă pricepeam cu iscusinţă. A da iubire mai era pentru mine şi a da încredere, respect şi loialitate. Adică să îţi dau un şut în dos, să nu te menajez, să îţi spun cum văd eu situaţia şi să te duci înainte, să faci, să realizezi, să prosperi. Nu să ţin într-un cocon cu empatie, blândeţe şi delicateţe. Ci să dau zvâc şi încredere în propria ta forţă şi hotărâre. Chiar dacă pare dur. Eventual să pun mâna să muncesc cot la cot cu tine.

„Cum transform anxietatea în experimentare?" – era un lucru sănătos pe care mi-l doream.

Din păcate m-am jucat la terapie de-a nevoia să învăţării datului de iubire întru a scăpa de neînţărcare. Am făcut experimentare abstractă şi bombastică, fix pentru a scăpa de anxietate.

Trebuia să recunosc că entitatea chiar avea un aport semnificativ în reducerea anxietăţii mele, prin faptul că îmi tot livra interpretări ce îmi păreau revoltătoare şi în

acelaşi timp mă şi speriau. Dacă avea dreptate şi chiar eram traumatizată de la înţărcare?

Am întrebat ce presupunea comportamentul unui copil înţărcat. Am scris nişte lucruri care de fapt mi se păreau absurde, *nu mai vrea sânul mamei*, *renunţă la sânul mamei*, *însuşeşte comportament alimentar independent*. Le notasem în speranţa de a-mi convinge inconştientul să nu mai vrea sânul mamei. Adică să devin ca prin minune independentă, hotărâtă şi sigură pe mine. Problema inconştientului meu era că nu interiorizase celelalte laturi ale comportamentului copilului înţărcat. Şi anume:

Înţelege că e mare şi poate fi ca toţi ceilalţi iese din narcisism, nu mai e buricul pământului, face parte din toţi, are un rol în familie, i se acordă responsabilităţi.

Acestea erau percepţiile şi acţiunile unui copil crescut bine, adaptat la mediu. Îmi dădeam seama că nu era nevoie să fie corelate cu o idee năucă precum înţărcarea.

Mă umplusem de disperare. Simţeam că în copilărie nu mi se acordaseră alte responsabilităţi în afară de a spune poezii şi a-mi face lecţiile. Fusesem inhibată de îngrijitorii mei. De aceea eram cum nu trebuie la maturitate. Mă înşelam. Acele responsabilităţi erau valorizate. Mi se dădeau şi altele numai că nu era evidenţiată importanţa şi valoarea lor.

Mi-am amintit cum literalmente mă luptam cu mama şi bunica ca să mă lase să fac şi eu din treburile lor casnice. Până la urmă, ca să nu le mai distrug munca şi bunurile, îmi dădeau câte ceva de făcut. Aşa mă linişteam, aveam şi eu treaba mea. Tata îmi dădea mereu câte ceva de făcut când stăteam pe lângă el şi meşterea. Mama îmi spusese o poveste legată de munca mea sub supravegherea tatălui.

„Aveai vreo 5 – 6 ani. Erai în sufragerie şi făceai cartuşe cu tata. Nu ştiu cum de avea încredere să te lase să manevrezi praful de puşcă şi toate instrumentele

acelea. În fiecare cartuş trebuia băgat câte un praf din acel material explozibil. Şi asta făceai tu. Venise în vizită A. Când a văzut ce faci a rămas interzis.

Mircea, dar nu îţi este frică că cea mică s-ar putea accidenta? E o mână de copil. Ce minte crezi că are ea să facă aşa ceva?

I-am arătat cum să facă. A înţeles. Am încredere că are grijă şi îi iese".

Mai că îmi dăduseră lacrimile când auzisem. Mă surprinsese şi alinase relatarea. Deci fusesem şi bine crescută pe alocuri. Drept era că la treburi casnice, meştereală şi combinaţii mă pricepeam.

Jalea mea era că nu mă descurcam în a-mi face un rost. Dincolo de a profita de cârca financiară a mamei, a-mi încasa banii din chirii şi a face tranzacţii dubioase. Eram un samsar care se făcea că se psihanalizează. Măcar dacă aveam statutul lui DeNiro care îl juca pe naşul aflat la psihiatru[2].

Îmi doream cu disperare un statut de intelectual fin. Dar nici măcar dizertaţia, lucrarea de finalizare a masterului, nu eram în stare să mă apuc să o scriu.

Mă plângeam că nu mă simţeam bine cu mine şi nu eram independentă. Mă angrenam în nişte discuţii terapeutice fără substanţă. Notam prescripţii care mi se păreau inepte dintr-o speranţă absurdă că poate dau roade.

„Te simţi ok cu tine, pentru că eşti, te afirmi şi dăruieşti". Părea ruptă din articolul unei reviste de mâna a treia. Eram, mă afirmam prin statutul meu financiar dat de chirii, combinaţii şi sponsorizarea mamei şi mă dăruiam

---

2 Analyze This – Cu naşu' la psihiatru e o parodie a filmelor cu gangsteri. Naşul Paul Vitti (De Niro) are o povară de anxietăţi, temeri, sentimente de vinovăţie şi crize de identitate. Apelează la serviciile unui psihiatru. De aici au loc o serie de evenimente care stârnesc râsul şi subliniază statutul social al mafiotului. Dar şi al psihiatrului.

unui zadarnic joc cu terapia.

„Independenţa se construieşte atunci când ai alegere şi decizie". Alegere şi decizie întru ce? Erau vorbe în vânt. Mă îmbătam cu apă rece că o să aleg şi o să decid. Ţeseam un complicat milieu al principiului realităţii în jurul lor şi rămâneam cu mâna goală.

Dacă nu legi alegerea şi decizia de ceva concret nu are cum să-ţi iasă nimic.

Numai că atunci, în iulie 2011, nu realizam că dacă vreau să îmi modific reprezentările şi comportamentul trebuie să-mi leg gândurile şi acţiunile de un lucru palpabil din viaţa mea.

Spre exemplu să fi început o bişniţă mai complexă, cum ar fi fost o simigerie sau un magazin cu ţoale şi gablonţuri. Că tot aveam un fetiş pentru lucrurile ţipătoare şi sclipicioase.

Poate şi pentru că nu-mi abordasem serios terifianta frică de eşec social ce se ascundea în spatele jocului meu cu psihanaliza. Aşa doar mă jucam cu nişte concepte, nu aveam aşteptări adevărate, care să fi fost frustrate.

La un moment dat entitatea îmi prezintă *„jocurile mele de putere ca mecanisme de control"*.

Ooo, îmi va da acum o informaţie deosebită, voi afla cum mă controlez mai bine pe mine şi pe ceilalţi. Eroare. Entitatea dispreţuieşte controlul.

Cică atunci *„când lucrurile funcţionează adecvat controlul este înlocuit de implicare"*. Mda, controlezi mai bine atunci când te implici.

Voiam şi eu să fac implicare, numai că nu aveam răbdare!

Aflu că *„lipsa mea de răbdare e formă subsidiară a controlului şi a manipulării"*.

Aşa era. Mă şi amuza. De multe ori îmi exageram cu bună ştiinţă neastâmpărul şi agitaţia pentru a băga o vină în ceilalţi ca să îmi dea mai iute ce voiam. Şi nu era doar atât. Îmi provoca plăcere să îi văd pe ceilalţi că sunt la capătul răbdării şi neliniştiţi. Sesizarea impacientării celor

din jur îmi provoca râsul. Era un soi de sadism.

Piesa sadismului.

Nerăbdarea şi pulsiunea de a controla nu erau singurele componente ale sadismului meu. Batjocoream uneori manifestările sentimentale ale celor din jur. Ca să le simt suferinţa creată de luarea în derâdere. Probabil că de aceea şi dispreţuiam discursul terapeutic despre iubire. Inconştient voiam să pedepsesc, să provoc suferinţă.

Aveam impresia că nu-mi putea vedea cazuistica obiectiv, entitatea nu putea trece de propriul eu şi adecva discursul şi tehnicile în la personalitatea mea. Dispreţuiam mare parte a competenţei terapeutice. Mai bine, decât să mă dispreţuiesc pe mine.

Oricum atitudinea de dispreţ era ceva constant în viaţa mea, declanşa o greutate a durerii şi chinului. Îmi plăcea să o simt. Uneori îi torturam emoţional pe cei din jur. Era satisfăcător. Aş fi dus acea satisfacţie la extrem numai că a mea conştiinţă morală nu mă lăsa. Când vedeam că omul nu mai poate mă opream. Mă şi căiam şi încercam să-i readuc cumva înapoi buna dispoziţie.

În scenariile mele imaginare torturam psihic şi fizic până la paroxism. Vedeam cu ochii minţii oameni care tremurau de frică şi durere fiind gata-gata să îşi dea duhul în urma suferinţei copleşitoare pe care le-o provocam. De cele mai multe ori mă abţineam să îmi duc scenariul până la capăt, până la anihilarea identităţii sau corporalităţii celui chinuit. Ştiam că nu e voie, nu e bine să fac aşa ceva. Mi se părea că eram nedemnă şi inumană dacă eram rea. Nu voiam să fiu un om mic, rău şi fără conştiinţă. Nu-mi derulam prea des scenarii sadice în mintea mea. O făceam însă dacă mi se părea că eram nedreptăţită sau cei din jur erau nedreptăţiţi. Adică când vedeam că cineva face rău din orgoliu sau cu bună ştiinţă, fără a avea un temei moral.

A chinui şi tortura doar din plăcere îmi păreau a fi activităţi care nu meritau respectul, dar aveam o pulsiune copioasă întru a le face. Îmi satisfăceam uneori pulsiunea la nivel de scenariu imaginar. Anihilam diverse personaje

răufăcătoare şi imorale. Şi simţeam plăcere când anihilam, apoi primeam respectul celorlalţi deoarece scăpasem lumea un element generator de rău. Pentru că aveam facultatea excepţională a unei minţi reci care nu se bloca în faţa suferinţei umane. Foloseam plăcerea mea sadică doar ca pe un instrument în a îndepărta răul din lume. Eram un sadic ce avea conştiinţă morală!

Mă gândeam că poate aveam configuraţia internă a unui criminal în serie. Era o ideaţie care mă făcea să mă simt specială.

M-am dat jos de pe identificarea cu ucigaşul moralist când mi-am dat seama că sadismul, pulsiunea de a distruge, era un lucru normal, prezent în mai toţi copii. Prin context şi educaţie era doar transformat în porniri acceptate social.

Citisem despre pulsiunile de viaţă (Eros) şi de moarte (Tanathos) ce se află în fiecare individ. Freud spunea că evoluţia şi dezvoltarea avuseseră loc în urma influenţelor exterioare care abăteau organismul de la stagnare. În condiţii neschimbate viaţa rămânea exact ca înainte.

Nu am avut cum să nu identific a mea dorinţă de a avea lucrurile ca înainte. Momentele mele de nostalgie şi reverie erau probabil parte a pulsiunii de moarte.

Tendinţa către stagnare era specifică materiei vii. Mai, mult toată materia vie provenea din materie moartă, anorganică. Şi cel mai sigur lucru pe lume era că tot ceea ce era viu murea la un moment dat. Apariţia conştiinţei în om era comparată cu apariţia materiei vii. Prima pulsiune a conştienţei era de a reveni la inconştienţă. La fel cum durata de viaţă a primelor organisme timpurii era destul de scurtă. Aveau tendinţa de a reveni la anorganic, starea iniţială de moarte. După care, materia vie şi-a tot prelungit parcursul datorită factorilor exteriori. Aşa s-au adăugat noi feluri tendinţei originare de a reajunge la anorganic. Materia a învăţat să stea mai mult vie şi a păstrat acele învăţături. Freud a numit acel fenomen pulsiune de conservare. Acea pulsiune avea un dublu sens. Pe de-o

parte să prelungească viaţa reproducând stările oferite de context. Pe de altă parte să readucă viaţa la stadiul său anorganic.

Sadismul era corelat cu acea tendinţă a materiei de a reveni la forma iniţială, pulsiunea de moarte.

În faza orală a organizării libidoului posesia amoroasă coincide cu distrugerea obiectului. Copilul vrea inconştient să-şi încorporeze mama. Manifestă tendinţa de a se reduce la stadiul iniţial, amorf, proiectând-o în mamă sau în ce alţi îngrijitori a mai avut. Faza orală este sediul pulsiunii sadice.

Când sadismul iniţial nu suferă nicio atenuare, viaţa sentimentală va sta sub semnul ambivalenţei iubire-ură (Freud, 2010 a, p 274).

Deci eram un om normal care nu trecuse peste faza orală. Deja ştiam acest lucru. Ce aflasem nou era că cei blocaţi în acea etapă aveau o viaţă emoţională ambivalentă.

Poate că ar fi fost bine să nu-mi mai combin sadismul cu moralitatea. Adică ura cu iubirea. Înţelesesem că sadismul era ura şi moralitatea era iubirea.

Mneaa, imposibil să renunţ la sadism. Nici chiar aşa, să mă anihilez pe mine de dragul iubirii mature. Îmi stăpâneam sadismul şi graţie lui Freud aflasem şi cum funcţiona.

Destulă joacă cu psihanaliza şi terapia!

Am plecat într-o vacanţă în Italia şi Germania, să mă mai răcoresc şi regăsesc la suflet şi la cap. Am venit cu şi mai mare râvnă să iau în coarne agentul şi să fac ceva cu mine.

Voiam să iau atitudine, să fac ceva. Numai că nu ştiam ce.

Mă văitam şi mă afundam la terapie în discuţii conceptuale interminabile. Mă concentram compulsiv pe abstract.

Vorbeam despre *conştienţă* ca fiind *unitatea între a simţi, a gândi şi a face*, fără a scoate la lumină evenimente

şi fapte concrete. În zadar eram îndemnată să mă observ. Notam compulsiv în ceaslov ce mi se spunea.

„Cât, cum, ce observ? *Care e beneficiul*? *Cum funcţionează auto-observarea*?

Să te observi pe tine. *Astfel apar conexiuni noi, raţionamentul e fluid, există coerenţă cu interiorul*. *Există coerenţă cu exteriorul*".

Noţiunea aceea de interior, deşi era febril aplaudată de tata Freud, îmi părea respingătoare. După mine interiorul însemna eul, individualitatea. Adică ce face, simte şi gândeşte omul. Iar exteriorul era lumea care îl înconjura

Nu aveam hotărâre şi limbă să o spun.

Mă văitam că nu eram în stare să mă observ şi eram plină de tensiuni.

Mi se spunea că acea *tensiune putea fi convertită în acţiune*. Totul era *să delimitez*, *să aleg ce vreau să fac*. Dar nu ştiam ce să aleg şi ce să fac.

Am zis că voi afla, dacă mai plec o dată la Berlin, că tot era oraşul meu favorit după Bucureşti. N-am aflat.

M-am întors şi iar am intrat în concepte. Mă gândeam că sadismul meu ar fi putut avea legătură cu un complex Oedip nerezolvat.

Aceasta presupune dorinţa copilului de a avea relaţii sexuale cu părintele de sex opus. Apar sentimente de gelozie şi rivalitate, copilul încearcă inconştient să-şi înlăture părintele de acelaşi sex şi să beneficieze de atenţia şi favorurile celuilalt. Cei care rămân fixaţi în acest complex ajung ca la maturitate să îşi aleagă parteneri ce-i seamănă părintelui ce face obiectul geloziei.

Freud a denumit acest complex după personajul mitologic grecesc Oedip. Acesta şi-a ucis tatăl pentru a se căsători cu mama lui. Freud foloseşte acelaşi termen şi în cazul fetelor, susţinând că acestea îşi doresc inconştient să facă un copil cu tatăl lor.

Jung a denumit complexul Oedip la fete drept complexul Electra. Electra, un alt personaj mitologic

grecesc, a plănuit uciderea mamei ei şi a tatălui său vitreg împreună cu fratele ei, pentru a-i pedepsi, deoarece aceştia îl uciseseră pe tatăl lor natural.

Jung credea că rezolvarea complexului Electra apare atunci când copilul este tratat satisfăcător de părinţi, tot prin identificare. Identificându-se cu un părinte fetiţa internalizează moralitatea, ajunge să fie în acord cu regulile sociale şi nu să se supună lor doar din frica de pedeapsă.

Mă identificasem cu ambii mei părinţi. Voiam să fiu amândoi. Numai că aveam o ardoare şi mai mare în a obţine compulsiv şi intensiv întreaga lor atenţie, respingând regulile sociale pe principiul că nu le înţeleg şi sunt interdicţii.

Totuşi credeam că sigur ascundem vreun complex Electra nerezolvat. Nu realizam că voiam să-mi încorporez compulsiv ambii părinţi. Ceea ce nu avea legătură cu respectivul complex, ci cu sadismul meu iniţial care nu îmi fusese atenuat. Îmi tratam părinţii ca pe nişte obiecte, le făceam în ciudă pentru că voiam să fie cu totul ai mei, să îi am numai şi numai pentru mine. Poate punctul terminus al sadismului meu era inconştienta dorinţă de a-mi mânca ambii părinţi. Pe care am descoperit-o la începutul anului 2015.

Până acolo a fost cale lungă. În august 2011 încercam în van să-mi dezgrop complexul Electra nerezolvat.

Pentru că nu exista.

Degeaba căutam eu acul comportamentelor mele seductive în fânul pulsiunilor mele de asimilare compulsivă.

Am renunţat însă la a mai face o întreagă dramă că nu-i dau de cap complexului atunci când l-am problematizat ca angoasă şi am zis că vreau să scap de ea.

Entitatea mi s-a spus aşa:

„Soluţia în a scăpa de angoasă este trăirea şi exprimarea ataşamentului, trăirea ataşamentului îmi va da

curajul de a accede la independenţă”.

Zbang! Tocmai îmi dăduse un nou motiv de angoasă. Că nu avusesem parte de confirmări ale ataşamentului meu.

Mă scufundasem de-a binelea în ciurucul de incapacitate emoţională pe care mi-l livra obsesiv entitatea.

Credeam că nu eram în stare să vorbesc despre sentimentele mele. Cum era să fac ca să îmi exprim ataşamentul?

Aceste gânduri erau parte a unei dorinţe compulsive de a-i face în ciudă agentului, de a-i arăta că sunt pe lângă emoţie, iar domnia sa strica orzul emoţiilor rafinate pe gâştele mele voitoare de control şi putere.

M-am umplut de nelinişte, îngrijorare şi ciudă. Am scris o poezie:

Eu am negat / pulsiunile Erosului s-au supărat / cu ticuri m-au acaparat / atenţia mi s-a scindat / numai pe plăcere s-a centrat / jocuri de putere, ciudă – piloni ai bunăstării / într-o cupidă nevroză plină de reverii / voinţă de putere, afecţiune, empatie consumate pe tărâm ideatic / mai, mai să devin ca Behring Breivik[3] fanatic / ce-mi mai place să mă asemăn cu personaje maladive / plăcerea mea a fost şi mai este puţin sinonimă cu creşterea tensiunii / liniştea eliberării coboară încet în realitate din miticul viziunii.

Demonstram că voiam o confirmare a existenţei mele. Să îmi fie recunoscut statutul de om aflat în proces

---

3 Anders Behring Breivik este un extremist de dreapta norvegian, cunoscut pentru planificarea şi executarea atacurilor din Oslo şi Utøya de pe data de 22 iulie 2011. A detonat o maşină-capcană în apropierea clădirilor guvernamentale din Oslo, ucigând opt oameni. La o distanţă de câteva ore, a debarcat pe insula Utøya, unde se desfăşura o tabără a Partidului Muncitoresc, şi, pretinzând a fi poliţist, a deschis focul asupra tinerilor prezenţi, împuşcând mortal 69 de persoane.

terapeutic, care voia să scape de fanatismul sadismului.

Făceam spectacol, ceream indirect o dovadă de atenţie şi susţinere.

Mă asemănam cu teroristul norvegian care ucisese zeci de oameni pentru că mă aşteptam şi eu inconştient la o confirmare a existenţei mele printr-un exemplu concret. Adică să mi se spună că nu sunt ca acel răufăcător, ci doar vânoasă şi capabilă de lucruri bune.

Mă frământam că nu aveam dovezi explicite ale putinţei mele. Scrisesem un fragment în versuri ca să fiu gratificată pentru competenţa mea lingvistică. În loc să încerc să fac ceva concret, orice, întru a verifica dacă pot sau nu.

După acea poezie îmi puneam însă problema fricii mele de eşec.

Acum că nu mai este bâţâitul să o liniştească, iese afară frica în faţa vieţii, frica de a deveni, frică de eşec, ca o tensiune difuză care mă urmăreşte constant. Ce mă fac cu ea? Cum o rezolv?

Piesa fricii de eşec.

La terapie nu am primit gratificarea aşteptată pentru poezie. A fost doar subliniat că releva ambivalenţa mea. I-am dat dreptate. Declarativ eram scârbită de al meu spectru al dezadaptării, dar în acelaşi timp găseam un motiv de mândrie în el. Nu aveam a mă făli cu altceva.

Pentru că îmi era frică de eşec. Inadecvările mele erau deja rele deci nu puteau fi supuse eşecului.

Mi se spunea că *„acceptarea eşecului înlătură mecanismul de eşec”*. Adică să nu-mi mai fac lauri din frici şi angoase. Să arăt că *le-am acceptat şi să încerc să le lucrez*.

Mi-a dat un subiect de gândire, *teama de eşec, cu ce o asociez la nivel cognitiv şi emoţional*?

Am scris aşa.

Funcţionez prin identităţi împrumutate, preiau frici din existenţa timpurie, am luat fricile mamei şi bunicii, le-am perpetuat fără să fie ale mele.

Aoleu!

1. nu ajung nicăieri

2. fac neurastenie

3. nu sunt suficient de puternică

4. nu o să fac faţă situaţiilor

5. o să dau greş

6. rămân mediocră, ba mai mult, o mediocră nevrotică

7. *nu mă iubeşte nimeni*

8. dacă nu fac ce trebuie nu o să mai fie nimeni lângă mine, nu o să mă mai bage în seamă

9. nu o să fiu demnă de atenţie

10. mă prăbuşesc

11. clachez

Mi s-a spus să-mi iau fiecare *„aoleu" în parte şi să mă întreb ce fac cu el*.

„Să îl supun criteriului verificabilităţii, emoţionalităţii, obiectivităţii. Mă gândesc la alte perspective, la alte unghiuri de vedere ale lor".

Văleu, dar cum aveam eu să fac un asemenea lucru? Am intrat în exact în frica cea mare de eşec. Recomandarea semăna cu testarea ipotezelor de cercetare. Lucru pe care ar fi trebuit să îl fac în cazul scrierii dizertaţiei. Mai puţin emoţionalitatea. Ce-i aia criteriul emoţional? Un fel de calendar la care să mă uit ca o mâţă?

Anxietatea de a nu fi în stare să îmi supun ipotezele de cercetare criteriului verificabilităţii şi obiectivităţii era unul din principalele motive pentru care nu mă apucasem să îmi scriu lucrarea. Dacă nu aveam capacitatea de a scoate nişte ipoteze bune şi mă făceam de râs? Purceaua era moartă în coteţ iar eu tăceam ca peştele. În loc să-mi exprim terifianta groază de lucrare. Sau măcar să-mi arăt ostilitatea faţă de gogoaşa criteriului emoţionalităţii.

Am înghiţit în sec şi m-am apucat să fac ce ştiam mai

bine. Adică să ameţesc audienţa cu noţiuni complicate şi vagi întru a scăpa de frică şi a părea mintoasă.

— Dar, ştiţi eu probabil nu am nimic. Toate cele unsprezece sunt realităţi psihice nevrotice care îmi consumă libidoul. Mă iau de mână cu pulsiunile Tanatos şi mă blochez.

Apoi, pentru a nu mi se spune spune că eram auto-suficientă am dat-o în extrema cealaltă. Ba chiar am notat şi în agendă ce spuneam.

„Cum înlătur delirul narcisic (mulţumirea inflat egocentrică) ce îmi însoţeşte descoperirile, analogiile, înţelegerile conceptuale? Pentru că ştirbeşte calitatea lor, descoperirea în loc să avanseze în noi conexiuni se opreşte, adorându-se şi contemplându-se pe sine”.

Evident că entitatea m-a dus la „stază, asumare şi stare de prezenţă” şi nu am mai discutat niciun aoleu.

Dar m-am învoit să reflect la ele până la şedinţa următoare.

Şi am plăsmuit o scriere în care întorceam frica de eşec ca la Ploieşti prin concepte freudiene.

Azi dimineaţă în metrou citeam ştirile pe realitatea.net (pe mobil). M-a impresionat, mi-a atras atenţia şi m-a făcut să am aproape o reverie un articol. Acesta evidenţia pericolul din spatele Facebook şi Twitter. Anume că cele două creează *omeni obsedaţi de propria persoană, care au o nevoie permanentă şi copilărească de apreciere din partea celorlalţi.*

„Este ca şi cum oamenii ar trăi într-o lume ireală, în care ceea ce contează este ce cred ceilalţi. Implicaţiile sunt negative dacă oamenii îşi fac mai multe griji despre ceea ce cred ceilalţi, părerea lor, decât despre propriile păreri despre *sine7”*.

M-a lovit în moalele capului faptul că eu însămi pun prea mare preţ pe ce cred ceilalţi. Cele 11 aoleuri sunt direct legate de percepţiile celorlalţi şi atenţia lor îndreptată către mine. Prin urmare, cum fac să-mi construiesc propria identitate, dincolo de anticiparea

percepţiilor celorlalţi? Acea seninătate voioasă care m-a impresionat atât de mult în Mărgelele de Sticlă ale lui Hesse.

Acum, citind în Freud vol 9, p 444 că hotărâtor pentru formarea simptomului nu este realitatea trăirii, ci a gândirii, pot să concluzionez cum trec dincolo de narcisism şi „ochii celorlalţi". Gândesc altfel situaţia. Ceea ce contează este înţelegerea ambientului şi trăirea lui în acea stare de prezenţă, dincolo de idealuri, compulsia la repetiţie, principiul plăcerii. Sintetic: principiul realităţii. Acea stare de maturitate a individului care a renunţat la principiul plăcerii şi îşi caută obiectul în exterior, adaptându-se la realitate.

Ce aleg să fac cu cele 11 aoleuri? Convertire, sublimare. Pentru aceasta am cumva nevoie de lanţul cauzal ce le generează. Prima verigă ar fi părerea celorlalţi. Ea se prezintă ambivalent oscilând între jocuri şi frică.

Urăsc dependenţa pentru că mă face „bună de nimic". Dar totodată o şi iubesc, călduţă, drăguţă, se circumscrie compulsiei la repetiţie. Adică să fac cum sunt obişnuită şi altfel nu.

Ar putea fi dependenţa rezultatul unei culpabilităţi pe care mi-o asum inconştient? Mă pedepsesc devenind dependentă de ce cred ceilalţi?

Cumva e simplu. Adică am încercat să fiu ca cei mari, adică independentă, să fac, să mă ridic, să plec, să cer. Cei mari s-au sesizat. Cum să facă aşa ceva un copil? Nu ai voie. Am interiorizat restricţia şi am menţinut-o sub formă de reactivitate, făcut în ciudă, joc de putere. În spatele reactivităţii dependenţa se putea manifesta în voie.

Dependentul reactiv îşi satisface astfel ambivalenţa afectivă originală şi deci şi compulsia la repetiţie.

Conştiinţa nevrotică se bazează pe realităţi psihice, nu şi faptice. Nevroticul este inhibat în acţiune, gândul este pentru el un substitut al acţiunii (Freud, 2010 b, p 535).

La baza conştiinţei nevroticului se află doar realităţi psihice, nu faptice.

Numai nevroticul este mai presus de toate inhibat în acţiune, la el gândul reprezintă substitutul complet al acţiunii (Freud, 2010 b, p 535).

Freud vorbeşte de noul adevăr al religiei mozaice şi invocă faptul că orice nou adevăr se loveşte de puternice rezistenţe afective. Eu mă confrunt acum cu noul adevăr al ideii „nu sunt bună/ şi sunt slabă" şi anume că e doar un mecanism de menţinere a dependenţei. Cum trec dincolo de rezistenţele afective şi îmi asum independenţa?

Pe cele 11 aoleuri le pot defini ca restricţionări ale eului. Freud spune în volumul 9 la pagina 632 că „simptomele, ca şi restricţiile eului şi modificările stabile de caracter au o natură compulsivă, adică manifestă la o intensitate psihică crescută o independenţă mare faţă de organizarea celorlalte procese psihice, care sunt adaptate cerinţelor lumii exterioare reale şi se supun legilor gândirii logice".

http://www.estiri.ro/ştire/Tehnologie/10/698/facebook-şi-twitter-au-creat-o-generatie-de-tineri-obsedatide-propria-persoana/7/ (accesat la 13.06.2016)

Ce aleg să fac cu cele 11 aoleuri? Încerc să le sublim. Ele sunt o restricţionare în faţa vieţii şi a capacităţii de a trăi. Fac casă bună cu Thanatos. Şi Thanatos-ul compulsiv şi restrictiv poate fi bine-mersi convertit în Eros acţional.

Vindeam pielea ursului psihanalitic din pădure. Aş fi putut pur şi simplu să îmi asum vanitatea, să mă detaşez de ce crede lumea, de iluzia stării de prezenţă şi dependenţă. Şi să îmi pun în lucru terapeutic pulsiunea de a acţiona şi voinţa de putere.

Din vină că nu eram capabilă de reuşită intelectuală sfârâiam vorbe nătăfleţe.

Citind scrierea la terapie am fost vag atenţionată că îmi puneam pampoane nemeritate. Tot prin nişte vorbe nătăfleţe.

— *Concurenţa, blamul, jocul de putere apar atunci*

când individualitatea nu e bine conturată. Sunt expresia unui conflict.

— Cum ies din el?

— *Mă întreb ce am eu nevoie, care sunt aşteptările mele, cine sunt eu, cum mă valorizez, care sunt calităţile şi resursele mele, care sunt limitele mele*.

Nu este evident că sunt egocentrică?

Supra-evaluarea propriei persoane, a altor persoane şi a situaţiilor nu lasă spaţiu cognitiv de evaluare asupra limitelor!

— Păi dacă mama mi-a pus prea multe limite şi m-a lăudat nemeritat, ce să fac şi eu?

Amalgamul dintre eu şi mamă arată o concurenţă între acceptare şi non-acceptare.

Pfa! Mă spărsese cu acea concluzie. Am început să mă plâng cum mie de fapt îmi era frică de tot şi de toate. Am declanşat o invitaţie la a-mi înghiţi rahatul. S-a jucat căluşul anxietăţii.

Ce context, ce stimul licitează şi activează anxietatea? *Care e beneficiul sau pseudo-beneficiul pe care eu cred că l-aş fi avut într-un altfel de context*.

— Cum trec eu de pseudo-beneficiile anxietăţii?

— *Prin stare de prezenţă*.

— Îmi mai puteţi spune o dată cum funcţionează starea de prezenţă?

— *A vedea, a dubita, a flexibiliza*. *Vorbele cu conţinut*.

— Care sunt vorbele fără conţinut?

— *Nevroza*.

— În!

I-am dat înainte cu descrieri freudiene ale nevrozei uitând cu totul interesul meu şi anume diminuarea fricii. După şedinţă am rămas cu senzaţia că persoana de la terapie avea nevroza stării de prezenţă şi nu reuşea să-mi aducă în prim plan frica de eşec. Probabil că felul meu livresc de a trata lucrurile, influenţat de limbajul

psihanalitic zăpăcise şi persoana de la terapie.

Mă amuza dar mă şi îngrozea.

Dintr-o deznădejde că nici măcar terapie bună nu făceam am intrat şi mai cu spor în brazda psihanalizei.

Dar şi dintr-o dorinţă de a face talmeş-balmeşul complet. Cine avea să cedeze? Eu sau persoana de la terapie?

Am bătut monedă pe o perspectivă încâlcită.

Cantitatea de energie psihică cu ajutorul căreia putem reduce activitatea critică şi cu care putem să sporim intensitatea auto-observării noastre slăbeşte considerabil în funcţie de tema care se fixează atenţiei (Freud, 2010 c, p 143). *Deci anxietatea e inamicul acţionalului, din frică mă blochez şi nu mai sunt atentă la ce trebuie*.

Atitudinea mea critică ieşea la suprafaţă şi dispreţul care îmi bloca capacitatea de a vedea lucrurile obiectiv.

Dispreţul masca şi frica că de fapt nu înţelegeam bine ce criticam.

Ce era de făcut, cum îmi puteam reprezenta altfel frica de eşec? Ca să nu mai ajung în dispreţ, vanitate sau ciudă pe propria-mi persoană.

La terapie mi s-a recomandat să mă întreb *cui îi sunt utilă*.

M-am blocat şi am început să mă dau de ceasul morţii că nu voi ajunge nicăieri.

Mi s-a spus că *mă complac în inerţie şi apoi supradimensionez ca să compensez această inerţie*.

„Văicăreala este auto-agresivitate şi hetero-agresivitate (agresivitate îndreptată către cei din jur) şi expresie a inerţiei”.

Ce face inerţia?

— Cu cât uzitezi mai des aceiaşi schemă comportamentală, cu atât ea tinde să se comprime. Astfel nu le mai dă voie posibilităţilor şi alternativelor.

— Ce înseamnă comprimarea?

Comprimarea e diferită de expansiune, e o cantitate mare de energie ce nu e exteriorizată.

Entitatea mă şontorogea şi mai tare cu o dificilă interpretare psihologică. Nu era să rămân în inferioritate.

Mă ridic de pe scaunul meu mare şi de lemn, mă plimb prin cameră şi îi ţin un mini monolog.

— Da! Din frică că voi da greş, că oricum nu voi fi centrul atenţiei, refuz să fac. Resping, spun că lucrurile nu sunt de mine. Dar îi observ pe ceilalţi cum fac şi le scot în evidenţă greşelile. Aşa îmi comprim eu energia! Înţelegeţi ce părere aveţi?

Mă aşez, îmi împreunez mâinile pe masă şi privesc entitatea drept în faţă. Se uită pe geam, nu la mine şi îşi drege vocea.

— *Observarea celuilalt poate fi şi agresivitate şi joc de control. Observăm cât e nevoie, ce e util pentru noi şi pentru celălalt.*

— Bine şi ce e util pentru mine, cum îmi valorific eu potenţialul?

— *Constatarea potenţialului nu se face în baza unor raţiuni ale orgoliului, ci pe premisa utilului. Al tău, al celuilalt.*

Declanşasem o aiureală. Potenţialul se constată când ai încredere, siguranţă de sine şi nu-ţi este frică de eşec. Îţi dai seama ce poţi atunci când te apuci să faci ceva. Disecând abstract făcutul dai dovadă de nevroză. Aşa înţelesesem eu că stau lucrurile. Dar nu-mi puteam stăpâni frica şi nu mă apucam de nimic. Măcar de m-aş fi apucat eu de ceva, chiar şi din orgoliu!

Din ciudă m-am gândit să fac treaba treabă, să tulbur şi să dezorientez şi mai şi toată atmosfera terapeutică.

Ca răspuns la ce îmi zisese am întrebat ce este sinestezia. La un moment dat agentul îmi se spusese că făcuse o formare în art-terapie. Sigur aveam să scot o manifestare orgolioasă. Că tot îmi fusese menţionat orgoliul.

Entitatea s-a aşezat mai bine în canapea, şi-a potrivit

o pernă în a sta mai comod şi a glăsuit într-un ton atotştiutor.

— *Sinestezia e percepţia unei alte senzaţii, fără ca organul respectiv să fie implicat, transpunerea datelor unui simţ în limbajul altui simţ. Sinestezia poate fi utilizată în travaliul emoţional de stimulare a creativităţii. Sinestezia presupune un nivel superior al senzaţiei, alchimizare, trecerea la un alt nivel.*

Nu mă îndoiam de faptul că eram creativă şi aveam momente de sinestezie. Uneori când ascultam muzică aveam senzaţii corporale intense şi vedeam tot felul de imagini ale sunetelor. Culorile îmi declanşau uneori senzaţii de frig, căldură sau avânt.

Voiam doar să văd cum va reacţiona persoana de la terapie, să văd dacă era în stare să se detaşeze de propriul ego. Speram să mă întrebe cu ce mă ajuta sinestezia în sesizarea potenţialului. Ori să îmi spună că sinestezia nu avea legătură cu orgoliul.

Dar declanşasem o argumentaţie în care fusese menţionat travaliul emoţional de stimulare a creativităţii.

Sigur i se spusese acest lucru în formarea pe care o făcuse. O asocia şi cu trecerea la un alt nivel.

Ce altceva era trecerea la un alt nivel dacă nu o ascunsă dovadă de orgoliu? Obţinusem ce voisem şi de fapt tot pe mine mă confuzionasem.

Eram în faţa unei situaţii penibile. Mă jucam pe propriul timp şi bani, făceam verificări. Probabil pentru a scăpa de frustrarea că nu aveam cu cine să-mi discut problemele ce îmi apăreau pe marginea lecturii din Freud.

Puteam să renunţ la acea terapie şi să încep o psihanaliză adevărată. Însă de făceam aşa însemna că avusesem un eşec cu terapia.

Mi se părea de neîndurat perspectiva de a-mi asuma un eşec terapeutic. Şi că eu aveam să fiu cea care cedase prima şi nu persoana de la terapie.

Aşa că am continuat.

Am notat meticulos tot ce mi se zisese despre

sinestezie, timp în care îmi derulam în minte posibila înfrângere. Apoi am adus în discuţie ideea de a-mi constata potenţialul intrând în competiţie cu ceilalţi.

Din patologica mea joacă cu care îmi acopeream frica de eşec. Îmi aminteam că la un moment dat mi se prezentase concurenţa drept o modalitate de a-l săpa pe celălalt.

Voiam să dau subtil cu tifla.

Spre surprinderea mea mi-a fost încurajată ideea competiţiei.

— *Competiţia e afirmativitate*, *încredere*, *cunoaştere*, *utilitate*, *adaptabilitate*, *nedistorsionare*.

Nu m-am mai putut abţine şi mi-am dat arama pe faţă.

— Dar mai de mult mi-aţi spus cum competiţia poate însemna şi a-l săpa pe celălalt.

Una şi aceeaşi componentă se poate prezenta într-o situaţie adaptabilă şi în una neadaptabilă.

Da, orice faţă are şi-un dos, era principiul enantiodromiei de la Jung sau ambivalenţa iubire-ură despre care tot vorbea Freud.

Mă învolburasem poate degeaba. Mă apucasem să citesc psihanaliză pentru a dovedi că stăpâneam acele noţiuni mai bine ca persoana de la terapie. Îmi dădeam seama că reuşisem.

Mi-a trecut pofta de a mai sfida. M-am angajat chiar să fac o listă cu ale mele componente prezentate dintr-o perspectivă adaptată şi una adaptată.

Poate avea să mă ajute să-mi înving fricile prin nişte metode neştiute de mine. Nu mai avea sens să insist cu joaca psihanalitică.

Mi-am propus să mă las în voia a ce mi se prescria şi spunea.

Era sfârşitul lunii august. Până la mijlocul lui octombrie, când m-am apucat de citit iar Jung, am încercat să îmi asum lucrul aşa cum mi se prescria, fără să mă mai revolt.

Notiţele rămase erau de toată jena.

Penibil şi orgoliu.

Mi-am făcut lista, introducând acolo mai tot ce mi se spunea la terapie şi dispreţuiam.

Afirmativitatea – adaptabil: *spun ce vreau, ceea ce vreau coincide cu ce fac*.

maladaptativ: *vreau să mă afirm însă mă inhib, mă simt neajutorată, aşa că fie îmi plâng de milă şi mă bâţâi, fie încep să fac jocuri de putere pentru a-i pedepsi pe ceilalţi, că nu au răspuns nevoii mele de atenţie neafirmate*.

Fantezia – adaptabil: *într-un context concret îmi imaginez mai multe situaţii posibile şi/sau variante de îmbunătăţire pe care apoi le pun în aplicare ţinând cont de nevoile mele, ale celorlalţi, ceea ce iarăşi este un act de imaginaţie pentru că le anticipez*.

maladaptativ: *mă retrag în lumea mea de basm imaginându-mi tot felul de contexte utopice în care eu sunt eroul care face şi drege, însă niciodată nu le pun concret în aplicare. Este doar o modalitate compensatorie de a-mi satisface nevoia de afirmativitate*.

Disciplina/ordinea – adaptabil: *organizare, principiul realităţii, observare şi stabilire de legături potrivite, orientare adecvată timp/spaţiu/mijloace maladaptativ*: *compulsie, idei fixe, repetitivitate*.

Iubire/afecţiune – adaptabil: *ofer, dăruiesc necondiţionat ceea ce mă bucură, mă împlineşte, construiesc maladaptativ*: *manipulare, jocuri de putere, agresivitate, dorinţa de a-mi însuşi/încorpora obiectul iubit, adică sadism*.

Mi s-a spus că am inerţie, neexprimare şi că necesit structurare. Şi că opusul afirmativităţii era orgoliul.

Am insistat că voi reuşi să funcţionez fără a mai fi condiţionată de propriile inerţii. Cică picasem în plasa orgoliului. Entitatea s-a zbârlit cu trufie folosind persoana întâi.

Că am ajuns la concluzie, e bine, e una dintre zecile

de mii de concluzii la care puteau ajunge şi ceilalţi şi eu.

Ok, dar mă îndoiesc că lumea normală stă să-şi facă o asemenea analiză… să se strofoace atât în a-şi destructura cu migală componentele…

Lasă orgoliul.

Nu e orgoliu! Vreau şi eu să fiu tare!

Cu cât eşti mai „tare", cu atât eşti mai prost. Orgoliul e nefuncţional!

Furca şi sapa născătoarei tale de entitate!! De ce vrei să mă obideşti şi mai rău? Îmi imaginez cum îi mânjesc anatomia cu miere, pe urmă spintec o pernă, scot fulgii şi îi arunc în miere, după care îi izgonesc prezenţa ameninţând-o cu toporişca mea de vânătoare rămasă de la tata. Parcă şi văd privirea terifiată, urmată de o fugă împiedicată pe scara blocului, apoi cum ajunge în faţa imobilului, în staţia de troleu şi autobuz unde toţi izbucnesc în râs, arată cu degetul şi fac poze cu telefonul mobil.

Îmi trece furia şi mă apucă râsul.

Râzu tu râzi, dar poate fi un mecanism de apărare.

Îi vorbesc despre sadism până la sfârşit. Îmi dă temă, *„să completez lista pentru a scăpa de inerţii!"*

Nu fac tema şi pornesc şedinţa prin a vorbi despre enorma auto-contemplare pe care mi-o tot făcusem.

Entitatea se zbârleşte cu ţâfnă.

Auto-contemplarea poate fi în anumite circumstanţe o formă de orgoliu.

Are un fix cu orgoliul ăsta, hai să-i încurajez, să văd cât poate scoate din scufia închistată pe care o are în dotare. Aflu nişte perle:

Orgoliul poate fi văzut ca un viciu.

Orgoliul dă senzaţia unei false libertăţii, el de fapt constrânge semnificativ realitatea. E şi o formă de auto-constrângere, limitează percepţia şi acţiunea.

Orgoliul e întotdeauna o percepţie de sine mai mare şi mai multă decât ar trebui să fie. Imaginea de sine e „mai

multă decât trebuie”. Percepţia subiectivă e distorsionată. Orgoliul este o contradicţie a realităţii.

Nucleul paranoidal, narcisismul, histrionicitatea, isteria, victimizarea, erau punctele de origine ale orgoliului şi mecanisme de apărare.

Pentru a putea fi suportate şi perpetuate mecanismele de apărare îşi circumscriu orgoliul.

Manifestările orgoliului sunt agresive şi insidioase

Îmi părea că notasem o combinaţie de idei din cărţile de psihologie şi articole de doi bani. O uitase pe cea mai importantă, că intrai în orgoliu pentru a te apăra de un presupus pericol psihic.

Nu zic, nu protestez, încurajez şi îmi dă şi temă. Să fac listă cu manifestările orgoliului. O fac, ca să-i demonstrez entităţii că orgoliul poate fi şi altceva decât crede domnia sa.

Orgoliul apare pentru a compensa o neplăcere.

Orgoliul apare drept compensare a angoasei, ca o supra-compensare a neajutorării

Jocurile de putere sunt o manifestare a orgoliului, testarea limitelor celorlalţi, punerea lor în situaţii neplăcute pentru flatarea egoului personal.

Orgoliul e afecţiunea pe care mi-o dau singură, reiau cu ochii minţii de nenumărate ori câte o situaţie în care m-am simţit cea mai tare.

Orgoliul amorţeşte sentimentele cele bune, deşi trăirea afectivă orgolioasă, încălzeşte şi exaltează. De aceea îmi şi ştirbeşte masiv câmpul perceptiv şi cognitiv.

Citesc entităţii, nu se sesizează, nu încearcă să-mi asocieze frica de eşec cu orgoliul sau să facă ceva în a-mi susţine încrederea în mine.

Mi se pare penibil că tot ce face este să îmi completeze lipsa cu tot felul de comentarii care mă fac să mă simt şi mai prost:

— Orgoliul este o combinaţie între neîncredere, lipsa de empatie şi abandon

Orgoliul diminuează empatia.

Copilul în nevoia de independenţă începe să o manifeste distorsionat prin orgoliu.

Aici chiar că nu mai pot să mă abţin, nu entitatea îmi recomanda independenţa? Acum o asocia cu orgoliul?

Întreb ce este independenţa şi aflu că e *autoevaluarea în raport cu acceptarea şi empatizarea cu ceilalţi*.

Mie îmi pare că nu toţi oamenii sunt empatici, aşa de la natură. Nu sunt prea sigură de acest lucru şi nici nu ştiu cum să o argumentez. Şi mi-e prea teamă să-mi leg orgoliul de scârbavnica frică de eşec. Pur şi simplu încep să mă vaiet că nu voi ajunge niciunde cu blocajele şi fricile mele. Şi primesc în cele din urmă după multă „stare de prezenţă" şi „privire deschisă către exterior", bomboana ultimă a colivei orgoliului – „poate fi învins prin smerenia văzută drept contemplare activă".

Na, ce să-i faci entitatea aprecia biserica şi-i băga prescripţiile în obiectul muncii sale.

Iar eu încurajam despicarea firului în patru şi îmi luam notiţe de parcă aş fi avut de înfăptuit o mare prelegere, în loc să las tăiatul frunzelor şi să pun mâna să risc ceva, orice.

Frica mă pietrifica în a vedea că am toate resursele pentru a începe ceva care să îmi aducă bani şi respect social, din acela adevărat, nu fanfaronadă psihologizată.

Nici măcar dizertaţia nu o scriam.

Înţelesesem că eram rezistentă la schimbare şi îmi dădeam seama că după aproape doi ani de terapie făceam tot ca înainte. Alternam între revoltă şi a scrie ca la şcoală.

Eram constantă în deprinderile mele rele.

Aflasem la o şedinţă cum *constanţa e o atitudine*. *Pusă în manifest prin stare de prezenţă devine trăsătură de caracter*.

Persoana de la terapie era constantă în a-mi prescrie starea de prezenţă drept leac pentru orice. Inclusiv pentru orgoliu.

De fapt eram doi subiecţi ce îşi gâdilau reciproc orgoliul.

Eu o făceam prin notarea în agendă şi imitarea discursului. Iar agentul terapeutic îmi confirmase indirect bănuielile. Îmi dovedise că nu stăpânea psihanaliza şi i se inflamase ego-ul de la sinestezie.

Jucam bambilici nevrotic cu exagerările. Eu exageram prin notare. Persoana exagera cu explicaţii ca la şcoală şi prescripţii aberante pentru mine.

Nu degeaba îmi atrăsese atenţia şi notasem cum *copilul şi nevroticul tind către exagerare şi lipsă de măsură* (Freud, 2010 c, p 323).

Agentul terapeutic îmi sugera cum orgoliul dispare printr-o constantă atitudine de prezenţă.

Eu mă plângeam că nu pot fi constantă. Îmi era susţinută argumentaţia. În loc să îmi fie punctat cum de fapt eram cât se poate de constantă în rele şi puteam fi constantă în atenţie şi starea de bună măsură.

Dar nu, primeam îndemnuri siropoase: *întâi conştientizez, apoi apare reprezentarea şi la nivel afectiv, apoi înflorirea, homeostazia, starea de bună măsură*!

Eram invitată să mă implic mai mult în tot ce făceam deoarece implicarea presupunea bunăvoinţa. După mine şi jocurile de putere tot implicare se numeau.

Mi se prescria empatia.

„Odată ce experimentez constant empatia îmi va creşte permeabilitatea şi flexibilitatea inconştientului şi corelarea emoţional raţional. Orgoliul alimentează lipsa de empatie. Lipsa de empatie translează în agresivitate şi cinism”.

Era ca un Don Quijote al emoţiei ce se lupta cu morile de vânt ale cinismului meu.

Înţelegeam că trebuia să îmi corelez necesitatea cu potenţialitatea, adică să nu îmi mai fie frică şi să încep să muncesc întru a acumula şi a-mi face succesul.

Îmi spunea că pentru a ajunge la potenţial *e necesar să ai capacitatea de a oferi necondiţionat empatie*.

Era jalnic. Însemna că agentul nu avea empatie pentru mine şi voinţa mea de putere şi succes.

Am început să vorbesc despre voinţa mea de a avea succes şi m-am lovit de orgoliu şi dispreţul persoanei de la terapie.

Cică *omul de succes e orgoliu în formă pură, model caracterial distorsionat, adică aroganţa. E în contrapondere cu umanitatea, e o formă de autism social, te scoate din realitate*.

— Da, omul de succes e de fapt nedezvoltat?

— *Oamenii nu şi-au dat voie să îşi manifeste potenţialul, nu sunt nedezvoltaţi*.

— Ce e dezvoltarea?

— *Dezvoltarea e un proces interior căruia i se acordă condiţiile exterioare potrivite*.

— Bine, îmi voi amâna orgoliul.

— *Orgoliul nu poate fi amânat, nu e un act, e o stare. Starea se înţelege apoi se destructurează*.

Îmi venea să spun că starea de orgoliu era doar o denumire populară pentru delirul de grandoare. Care în cazul meu se decompensa într-o mare şi angoasantă stare de neajutorare compensată prin jocuri de putere.

Am tăcut. Şi-a continuat discursul.

Cică nu puteam *aduce o experienţă trecută prin care am făcut schimbarea în prezent tocmai pentru a o utiliza în a rezista unei noi schimbări*.

Adică nu puteam scăpa de orgoliu aşa cum scăpasem de bâţâială.

Nici nu aveam de ce să scap. Eram conştientă de micimea mea şi mă căzneam să găsesc o metodă prin care să o transform în adaptare şi acumulare. Mă învoisem pe degeaba să lucrez orgoliul. Sperasem că dacă o fac atunci îmi va dispărea frica de eşec. Nu a dispărut.

Nu am trecut la acumularea de fapte pragmatice, m-am dus cu modestie în a acumula şi mai multe teorii.

Pricepusem că terapia îmi oferise tot felul de

informaţii pe care le tot pusesem sub semnul întrebării. Aşa reuşisem să înlătur bâţâiala, nu admisesem că eu voi face desensibilizare treptată şi m-am îndârjit că pot dintr-odată. Mi se vorbise de creştere interioară şi ajunsesem să-l citesc pe Jung. Chiar dacă făcusem un farafastâc dobândisem conştiinţa unor valori pe care le aveam, pragmatismul, curiozitatea, forţa şi altruismul. Mi se vorbise şi în perioada lecturii mele jungiene despre orgoliu. Realizasem că îmi îngusta conştiinţa.

Voisem să-mi pot descrie specificul, mă îmbuibasem doar cu prescripţii terapeutice şi mă frustrasem. Dar mai făcusem o realizare, îmi renovasem casa funcţional, dincolo de orgoliu. Iar din dubiu faţă de ce mi se spunea îl citisem şi pe Freud. Şi mă dumirisem cum îmi funcţionau mirositul de mână, fanteziile şi sadismul.

Nu era chiar de aruncat la gunoi ce obţinusem de la terapie.

Numai că mai toate schimbările şi beneficiile se iviseră indirect. Prima, renunţarea la bâţâială, o făcusem din reactivitate şi ciudă. A doua, acumularea de informaţii jungiene, dintr-o curiozitate şi pulsiunea de a-mi înlocui bâţâiala cu altă compulsie. A treia, conştiinţa valorilor, apăruse din identificarea cu Jung. A patra, renovatul de casă i se datora agentului terapeutic. A cincea, acumularea de informaţii freudiene, apăruse din curiozitate şi reactivitate faţă de prescripţiile terapeutice.

Deci aveam un agent terapeutic care îmi dădea lucruri bune cu ţârâita şi mai mult accidental. Dar mi le dădea. Chiar dacă în majoritatea timpului mă hrănea cu terci emoţional şi voia să mă facă din vulpe o oaie.

Era chiar bine că o făcea deoarece îmi favoriza adevărata-mi identitate, cinică, speculativă, dar şi altruistă.

Însă nu empatică.

Nu puteam să mă aştept să fiu înţeleasă pe deplin de agentul terapeutic. Poate că nici nu voiam din frica mea ca nu care cumva să fiu transformată în altceva. Mă puteam

folosi de prescripţiile şi reprezentările de la terapie în a obţine ce voiam, curajul, stima de sine, conştiinţa lărgită. Mai ales că dădeam bani pe fiecare şedinţă. Dar nu puteam avea pretenţia unei veritabile comuniuni umane. Se ciocneau două personalităţi diferite. Din câte îmi dădeam seama eu valorizam forţa şi speculaţia, iar persoana de la terapie valoriza empatia şi regulile.

Lucru bun de altfel, deoarece pentru a ajunge la forţă şi speculaţie trebuie să treci şi prin empatie şi reguli. Doar că mă umplusem până la refuz cu reguli freudiene şi inchiziţia iubirii şi empatiei pe care mi-o aplica agentul.

Voiam să mă destind un pic dar să şi acumulez nişte lucruri noi.

Mai ales că începusem o colaborare cu un prieten care avea o agenţie de publicitate. Îi testam angajaţii, îi mai dădeam câte un indiciu. Îmi dăduse şi o provocare să-i fac un studiu despre „mergers and acquisitions in advertising industry”.

M-am apucat să îl citesc iar pe Jung, cu a lui scriere literalmente de basm, Cartea Roşie. Simţeam că sigur mă va ajuta să-mi preschimb limitele în calităţi.

Nu degeaba îmi tot apărea în minte în timpul şedinţelor ce gravitau în jurul orgoliului un vers din Arghezi.

Din bube, mucegaiuri şi noroi, făcut-am frumuseţi şi preţuri noi.

Da, ştiu e iscat-am, numai că mie îmi place mai mult să fac decât să provoc (să isc).

În capitolul următor voi povesti cum am scos eu câteva frumuseţi din lectura cărţii celei roşii.

Capitolul XI. Experimentarea Cărţii Roşii

Jung a făurit cartea cea Roşie între 1913 – 1916 şi a vârât acolo toată cunoaşterea lui sub o formă metaforică şi de basm.

A început s-o scrie după ruperea legăturii profesionale pe care o avea cu S. Freud. Domnul Carl Gustav s-a cam retras din activităţile sale academice în

ideea de a-şi reconsidera parcursul profesional şi personal.

Ziua avea între una şi nouă consultaţii, cu o medie de cinci – şapte pacienţi (Jung, 2009, p 201). Noaptea lucra la Cartea Roşie.

Părea că avea multă determinare şi energie acel om. Voiam să îmi dezvolt şi eu determinarea şi să fac lucruri măreţe din energia mea.

Mi se părea fascinant ce făcea când scria la Magnum Opus-ul lui.

Îşi inducea deliberat o stare de fantezie lucidă construită pe marginea întrebărilor ce îl preocupau din puncte de vedere profesional şi ştiinţific. Avea chiar un soi de transe pe care încerca să le redea pe cât putea el prin desene.

Descria fantezia lucidă şi transele drept imaginaţie activă.

Mă fermecase că Jung, om de ştiinţă din secolul 20, se jucase de-a şamanul medieval.

A început cartea caligrafic, în germană, utilizând pergamente şi guaşă / tempera, redând felul medieval de a scrie cărţi. Apoi a comandat un volum de carte goală (pagini albe) de aproximativ 600 de pagini, legat în piele roşie.

Era numai bun pentru a-şi transcrie în stil medieval, caligrafic şi cu tempera, conţinutul manuscriselor. Pe cotorul cărţii a scris „Liber Novus” (cartea nouă), aşa intenţiona să o numească. Însă nu a publicat-o cât era în viaţă. Probabil că îi era ruşine de misticismul lui. Sau, mă rog, conţinutul cărţii ar fi contrazis standardele lui academice.

Însă din câte înţelesesem eu din „Amintiri. Vise. Reflecţii” nu domeniul ştiinţei îl satisfăcuse şi împlinise pe Jung.

I se confesase Anielei Jaffe aşa:

„În tinereţe ţelul meu a fost să realizez ceva în domeniul ştiinţei căreia mă consacrasem. După aceea am dat peste acest torent de lavă, iar patima care ardea în

focul său mi-a remodelat şi rânduit viaţa. Aceasta a fost materia primordială care s-a impus şi opera mea este o străduinţă mai mult sau mai puţin reuşită de a include această materie arzândă în concepţia despre lume a timpului meu. Primele imaginaţii şi vise au fost bazaltul incandescent şi topit, din care s-a cristalizat piatra pe care am putut s-o prelucrez.

Anii în care m-am ocupat de imaginile interioare au constituit perioada cea mai importantă a vieţii mele, în decursul căreia s-au decis toate lucrurile esenţiale. Atunci a început totul, iar amănuntele care au urmat sunt doar nişte completări şi lămuriri. Întreaga mea activitate ulterioară a constat în a elabora ceea ce ţâşnise în acei ani din inconştient şi mai întâi mă inundase, mă copleşise. A fost materia primordială pentru opera unei vieţi" (Jung, 2010, p 235 – 236)

Parte a acestui fragment se regăseşte atât în prefaţa Cărţii Roşii cât şi pe coperta ei.

Îmi plăcea că omul găsise un foc viu în el şi se străduise să modeleze ce ţâşnea de acolo. Îmi părea demn de a fi apreciat. Oricum mă identificasem cu Jung când îi citisem cărţile. Individul făcea o superbă harababură intelectuală. Mai avea şi sens.

Îmi propusesem încă din 2010 să citesc Cartea Roşie. Îmi şi descărcasem versiunea în limba engleză în format pdf. Numai că m-am luat la trântă cu depăşirile mele de limită şi am sfârşit prin a-l citi pe Freud.

Cu care nu mă putusem identifica. Era bun la a explica funcţionarea umană. Dar plictisitor de arid. Îmi tot constatam relele şi nu găseam cum să le stăpânesc cu folos.

Voiam o pauză. Dar să şi aflu noutăţi.

Am printat pdf-ul. M-am delectat cu o parte din prefaţă. Descria contextul istoric occidental al primei decade a secolului XX. Stătea sub semnul experimentării şi explorării vizuale, interioare, literare – de la tablourile şi dicteurile (scrierea automată, tip flow, fără ca scriitorul să

se gândească la ceea ce transpune, pur şi simplu transpune) suprarealiste la diverşi psihologi (Alfred Binet, Gustav Fechner) care-şi transpuneau cunoaşterea într-o manieră artistică.

Apoi trasa parcursul existenţial al lui Jung. Care nu mi-a fost suficient detaliat. Voiam mai multă informaţie ca să ajung să înţeleg cum de născuse o carte atât de diferită în comparaţie cu toate celelalte pe care le-a scris.

Aşa că am recurs la reluarea unor pasaje din biografia lui Jung supravegheată de Aniela Jaffe. Pe care oricum le mai verificam cu Wikipedia şi alte surse8.

Probabil că Jung ar fi încântat că înţelepciunea colectivă se exprimă în zilele noastre la nivel concret prin intermediul culturii participative generată de internet şi fenomenul web 2.O. Şi nu şi-ar pune prea mult problema drepturilor de autor. Uneori e mai importantă cunoaşterea şi nu autorul cunoaşterii. Au legendele autori?

Dar să revin. Jung s-a născut la Kesswil, un canton elveţian, în 1875, băiatul cel mare (mai avea o soră) al unui pastor şi al unei mame ce a fost descrisă de mai mulţi biografi ca excentrică şi depresivă.

Jung a avusese o copilărie destul de introvertită, trăia mai mult în mintea lui şi citea enorm.

Şi eu trăisem bună parte din copilărie mai mult în fanteziile mele. Numai că nu citeam. Dar recuperam la maturitate.

Carl Gustav a continuat să citească şi după ce s-a înscris la medicină, multe scrieri filosofice şi spirituale. În 1899, după ce a citit un manual de psihiatrie scris de Richard von Kraft-Ebbing, s-a decis că vocaţia lui este psihiatria. A început lucrul la spitalul Burgholzli şi după doi ani şi-a terminat de scris şi teza de doctorat despre psihologia fenomenelor oculte. Apoi s-a căsătorit cu Ema Rauschenbach cu care a avut cinci copii.

Îndrumătorul lui Jung, Eugen Bleuler, era în relaţii cu Freud. Treptat Jung a ajuns să facă parte din mişcarea psihanalitică, făcea muncă instituţională şi practică. A

îmbrăţişat teoriile freudiene. A ajuns să colaboreze cu Freud la nivel ştiinţific. Publicaseră lucrări împreună şi ţineau o bogată corespondenţă.

Numai că Jung nu prea era de acord cu interpretarea pe care Freud o dădea noţiunii de libido. Jung nu credea că dezvoltarea sexuală era factorul hotărâtor în dezvoltarea personalităţii. Şi argumenta cum întregul context în care a vieţuit individul era important, cu precădere inconştientul colectiv. Interpreta libidoul ca sursa de energie vitală pe care o are fiecare individ.

Pornind de la această accepţie, a dezvoltat o întreagă teorie care a adus cu sine ruptura definitivă de Freud în 1913.

În 1909 şi-a dat demisia de la spital şi s-a apucat să cerceteze folclor, mitologie şi religie. În 1911 – 1912 a publicat „Transformări şi Simboluri ale Libidoului" în care a diferenţiat gândirea verbală şi logică de gândirea asociativă şi imagistică.

Gândirea verbală şi logică o găsea ca fiind focusată pe scop, direcţionată. O exemplifica prin ştiinţă, considerând că era o achiziţie modernă a umanităţii.

Gândirea asociativă şi imagistică, gândirea fantasmatică, era specifică mitologiei. Înceta atunci când intra în scenă gândirea verbală şi logică.

„Transformări şi Simboluri ale Libidoului" a fost un studiu extins al gândirii fantasmatice şi a prezenţei continue a temelor mitologice în visele şi fanteziile indivizilor contemporani (Jung, 2009, p 197). Jung vedea miturile ca simboluri ale libidoului. Adică descriau dinamica de acţiune într-o problemă sau alta. Eu spre exemplu, făcusem şi dresesem în stilul mitului eroului copil.

Vedea inconştientul ca pe ceva viu. Mintea poate avea o funcţie specială de a crea a mituri. Lumea fantasmelor şi viselor poate fi o sursă de energie, valori şi transformări ale viitorului.

Frumos mai explica el lucrurile.

www.cgjungpage.org (accesat la 11.11.2015)

Săvârşise o radiografiere a proceselor inconştiente, cu scopul de a dezvolta metode de înţelegere şi utilizare a acestuia în cadru conştient. De ce? Pentru a rezolva mai bine problemele indivizilor şi a contribui la diversificarea câmpului lor existenţial. Adică să-i ajute să fie mai adaptaţi şi vii, plini de zvâc şi foc bun în ei.

După mine dezvoltarea umană este cheia de boltă la Jung. Freud voia să corecteze relele umane analizând inconştientul. Jung voia mai mult de atât. Încearcă şi să-i deschidă individului noi orizonturi. Să îl ajute să fie voios şi pasionat.

Mai întâi Jung a încercat să se analizeze şi deschidă pe el.

Practica auto-introspecţia încă din copilărie şi ţinea o evidenţă a vieţii sale lăuntrice (dileme personale, vise, fantezii, visat cu ochii deschişi) într-un jurnal. Şi-a dat seama că nu era suficient.

Studiase o sumedenie de mituri pentru a-şi dezvolta lucrarea alocată transformărilor şi simbolurilor libidoului.

S-a gândit că nu avea un mit al său personal, nu-şi cunoştea „ecuaţia personală”.

În vara anului 1912 a avut o serie de vise pe care nu le înţelegea. A demarat o mare analiză a propriilor sale procese inconştiente. Jung a început să-şi studieze propriile fantasme.

Contemplându-şi fantasmele, Jung a realizat că studia funcţia minţii de creare a miturilor (Jung, 2011, p 199). Aceasta a fost punctul de început al Cărţii Roşii.

Liber Novus / Cartea Roşie e ca un basm mai multe fire interţesute.

Mie mi-au atras atenţia că era o străduanie de a se înţelege pe el şi a-şi dezvolta diferite componente ale personalităţii sale. Şi de a desluşi structura personalităţii în general.

Dintre temele de pe acolo mă preocupau câteva.

Natura cunoaşterii de sine, natura sufletului, relaţiile

dintre gândire, sentimente şi tipurile psihologice, relaţia masculinităţii şi feminităţii interioare şi exterioare, uniunea opuşilor, solitudinea, valoarea studiului şi învăţării, semnificaţia simbolurilor.

Tema globală a cărţii era modul în care Jung şi-a câştigat sufletul şi a depăşit boala alienării spirituale (Jung, 2011, p 207).

De fapt nu prea mă interesa corpul ei ideatic-raţional ci mă atrăgea ca un magnet structura de basm de acolo.

Plus că povestea gravita în jurul acelui foc viu, al materiei arzânde, al torentului de lavă, al bazaltului incandescent şi topit, cum denumea Jung materia care ţâşnea din inconştient.

Îmi merseseră la suflet aceste caracterizări. Simţeam zvâc şi râvnă.

Mă energiza fantastic cum Jung descoperise în el un focul viu de unde-şi trăsese resursele şi inspiraţia în a-şi trasa parcursul de viaţă şi opera.

Nu-mi era de ajuns să-i contemplu etapele prin care trecuse de-a lungul vieţii şi structura operei.

Mă identificam cu acea forţă incandescentă pe care Jung o descria în pasajele sale despre alchimie. Când eram copil tare multă lume îmi spunea că eram ca argintul viu. Simţeam că hiper-kinetismul, agitaţia şi neliniştea mea nu erau neapărat găunoase, ci valoroase.

Se ştie că denumirea de argint viu îi este atribuită în cultura populară mercurului, metalul pe care alchimiştii încercau să-l transforme în aur.

Deci, mercurul ar putea fi simbolizat ca materia primordială vitală, nediferenţiată din care individul îşi scoate calităţile, aurul dezvoltării şi devenirii.

Jung spunea că procesul acesta de dezvoltare şi diferenţiere a sinelui poartă numele de individuaţie.

Eu am interpretat individuaţia ca o unificare cu propriul sine. Procesul prin care ajungi să îţi cunoşti limitele şi calităţile. Prin care prinzi încredere şi avânt să te faci mai bun, mai complex, să te dezvolţi.

Voiam să mă cunosc, să îmi transform revolta şi fricile în acţiuni şi reprezentări echilibrate, pragmatice şi voioase. Să îmi pun curiozitatea, spiritul speculativ şi dinamismul în slujba unor scopuri morale şi nobile. Să acumulez cât mai multă cunoaştere şi experienţe benefice. Să îmi extind câmpul conştiinţei dar să şi fac lucruri concrete, aducătoare de reuşită materială şi socială. Să îmi stăpânesc şi desăvârşesc spiritul, astfel încât să ajung să las ceva bun şi frumos în urma mea. Să mă împac cu mine şi să fiu deschisă să învăţ şi să fac lucruri noi până la adânci bătrâneţi.

Aşa vedeam eu că ar fi fost individuaţia mea.

Mai simplu spus vedeam individuaţia drept starea în care scăpam de frică şi făceam lucruri rodnice.

Sau în logica lui Jung să mă împac cu arhetipul infans din mine. Să am încredere în forţa mea instinctuală, să o stăpânesc şi direcţionez cum trebuie. Să nu mai alternez între a voi şi a simţi că fac lucruri măreţe precum un erou şi a mă simţi schiloadă şi nevolnică. Să trec peste motivul faptelor mari, să îmi reprezint lucrurile cu modestie şi să fac.

La terapie mi se spunea că individuaţia e *„o sinteză care afirmă emoţia*, *beneficiul*, *lecţia*, *morala*, *frumuseţea în faţetele ei”*.

Îmi părea o gargară psihologică numai bună să mă facă o oaie conformistă. Mai degrabă era o sinteză ce afirma curajul, forţa, binele, altruismul, pragmatismul şi efervescenţa umanistă.

În Cartea Roşie individuaţiei i se adaugă un nou sens. Are rolul de a stabili un dialog cu figurile ce populează fantasmele (sau conţinuturile inconştientului colectiv) pentru a le integra în conştiinţă. Scopul acestui demers este de a recupera figurile mitologice, fantastice şi poetice (mitopoetice) ce s-au pierdut în timpul modern. Astfel se reconciliază spiritul vremii cu spiritul profunzimilor, al trecutului.

E cam aceiaşi Marie, dar cu altă pălărie. Adică se

concentrează pe aceeaşi unificare, adaptare şi integrare, numai că pune accentul pe figurile fantasmatice şi nu pe comportamente dezadaptative, revoltă, frică şi nevroză.

Pentru mine spiritul vremii a fost necesitatea mea de a mă repara, adecva şi dezvolta, iar spiritul profunzimilor a fost energia mea vitală, câmpul fanteziilor şi viselor mele.

Jung căuta o cale mai la îndemână în a stabili un dialog cu figurile fantasmatice. Mai bună ca interpretarea viselor.

Avusese experienţă cu spiritiştii care intrau în starea de transă atunci când îşi scrisese lucrarea de doctorat despre psihologia fenomenelor oculte. Observase că subiecţii aflaţi în stare de transă erau încurajaţi să producă fantezii, halucinaţii vizuale şi scrieri automate. Aflase cum practica transei vizuale era folosită în religie. Îl impresionase un exerciţiu spiritual al lui Ignaţiu de Loiola – „vezi cu ochii imaginaţiei lungimea, întinderea şi adâncimea iadului” (Jung, 2009, p 200). L-a preluat şi l-a adaptat în perceperea propriului sine. Adică să perceapă lungimea, întinderea şi adâncimea sinelui aflat în fantezie. Să se concentreze asupra fanteziei în timp ce o lasă să se desfăşoare de una singură. Să fie atent la propria fantezie, să îi contemple caracterul senzorial imediat. Apoi să înţeleagă ce însemna fantezia.

Jung voia să-şi acceseze inconştientul după propria voinţă pornind de la fantezie şi imaginaţie.

Eventual şi pe baza inducerii halucinaţiilor acustice şi vizuale. Scopul era să folosească halucinaţiile pe el, pentru a găsi o explicaţie ştiinţifică pentru magie (Jung, 2009, p 200).

Credea că din halucinaţiile, visele şi dinamica subconştiinţei se poate scoate o înţelegere a ecuaţiei personale a individului. Personificărilor apărute în activitatea fantasmatică conştientă erau importante. Voia înţelegerea şi semnificarea acestora. Zicea fiecare om are o ecuaţie mitologică personală ce apare în fanteziile lucide.

Putea fi conştientizată şi înţeleasă. Cum?

Treaz fiind îşi amintea o fantezie.

Apoi intra în ea ca şi cum ar fi intrat într-o piesă de teatru. Jung îşi reprezenta aceste fantezii lucide ca un tip de gândire dramatizată în formă fantasmatică. Era acea funcţie specială a minţii de a crea mituri, pe care şi-o problematizase în Transformări şi Simboluri ale Libidoului.

Mai întâi îşi inducea voit fantezia, după care se lăsa în voia ei şi în acelaşi timp o şi contempla. Apoi trecea la interpretarea fanteziei, în mare parte pe baza vastelor sale cunoştinţe mitologice, la a căror sporire lucra încă din copilărie.

În timp ce avea fantezia încerca şi cumva să o înţeleagă. Deoarece observase cum în vise existau urme de activitate conştientă. Iar unii spiritişti aflaţi în stare de transă îşi puteau controla cumva transa. Dar şi unii oameni hipnotizaţi se puteau trezi uneori (rar) din starea de hipnoza după bunul plac.

Încerca să afle ce se întâmplă atunci când se întrerupe şi deconectează conştiinţa. Se străduia să-şi golească conştiinţa în mod voit.

Cum?

Iniţial încerca să intre într-o stare de relaxare şi să renunţe la gândurile conştiente. Adică să aibă mintea goală. Pentru ca pe acest fond să-i apară diverse imagini. Să se lase în voia şi povestea lor. În timp ce le trăia le şi contempla.

Jung făcea exerciţii de golire a conştiinţei, apoi se concentra pe imaginile ce îi apăreau. Experimenta fantezii lucide pe el. În fiecare seară, după ce isprăvea lucrul cu pacienţii se conecta la povestea fantasmagorică din el.

Din decembrie 1913 până în iulie 1914 a fost nesigur de sensul şi semnificaţia demersului său.

Fanteziile se tot dezvoltau de la o zi la alta şi nu prea le cuprindea. Până când, în iulie 1914 i-a apărut în fantezie o figură, Philemon. „Magicianul”, cum l-a denumit Jung în carte, căci însăşi denumirea acestui magician a survenit în

tărâmul fanteziei.

Philemon tot apărea şi reapărea. Prin el a înţeles cât de cât sensul muncii sale.

Până la apariţia lui Philemon Jung scrisese deja 139 de pagini cu peniţa caligrafică, în care reda conţinutul fanteziilor sale. Desenase cu tempera o sumedenie de imagini pe care le văzuse în fanteziile sale. O făcea ca un scrib medieval, cu ajutorul guaşei.

Apariţia lui Philemon, un fel de guru, şi conversaţiile pe care Jung le purta cu acesta la nivel de fantezie iau oferit lui Jung sensul demersului său.

Era o muncă de descoperire şi iluminare asupra propriei persoane şi a a lumii. Jung susţine că discuţiile pe care le avea în fanteziile cu Philemon l-au făcut să diferenţieze între el şi obiectul gândirii lui. Philemon reprezenta înţelegerea superioară pe care Jung încerca s-o obţină prin conştientizarea lumii lui interioare fantastice.

De asemenea, odată cu apariţia figurii lui Philemon, timp de două luni Jung a avut senzaţia că se află într-o psihoză supra-compensată. Ani mai târziu îi mărturisea lui Mircea Eliade, cu care corespondase pe marginea religiilor orientale şi mitologiei: „[…] nu schizofrenia mă ameninţa, am înţeles că visele şi viziunile mele mi-au apărut din subsolul inconştientului colectiv. Ce îmi rămânea de făcut era să adâncesc şi să validez această descoperire. Şi asta am încercat să fac timp de 40 de ani” (Jung, 2009, p 201 – 202).

Jung asemăna metoda pe care el o folosea în a-şi accesa inconştientul cu o psihoză, pentru că materialul fanteziilor din inconştient este acelaşi şi în cazul omului sănătos şi în cazul omului bolnav.

Diferenţa dintre individul sănătos şi schizofrenic este că cel sănătos are control asupra lui şi poate integra materialul fanteziilor în conştient, în timp ce schizofrenicul este pur şi simplu înghiţit de lumea fantastică şi ajunge să fie de necontrolat. Atât el cât şi fantezia.

Nu era şi cazul lui Jung.

Omul scria cu exactitate succesiunea fanteziilor lui. Unele imagini din fantezie le transpunea şi în desen. Apoi încerca interpretarea lor. Făcea un fel de hermeneutică (în filosofie = metodologia interpretării şi înţelegerii unor texte) a propriilor sale scrieri. Arăta ce aspecte ale fanteziei ţineau de propria sa individualitate şi ce aspectele ţineau de inconştientul colectiv. Încerca să înţeleagă cum fanteziile descriau principiile din interiorul lui.

Experimentul său cu lumea fanteziilor fusese reuşit. Învăţase să le lase să se dezvolte în voie, să le contemple, să le transcrie şi apoi să le interpreteze.

Aşa a ajuns să îşi transforme metoda terapeutică. Nu s-a mai concentrat doar pe atenuarea şi rezolvarea stării de boală ci şi pe dezvoltarea individului în general. Jung a reformulat metoda psihoterapiei. Nemaifiind preocupată doar de tratamentul psihopatologiei, psihoterapia a devenit o practică ce permite o mai mare dezvoltare a individului prin favorizarea procesului de individuaţie (Jung, 2011, p 215).

Nu mai era important doar conţinutul în sine, ci atitudinea individului faţă de el şi, în special, dacă individul putea să adapteze un astfel de material în viziunea sa despre lume (Jung, 2011, p 215).

Îmi părea fantastic ce făcea Jung. Încuraja propria viziune despre lume a pacienţilor. Probabil că m-ar fi susţinut să îmi desăvârşesc spiritul speculativ, pragmatic şi altruist. Nu m-ar fi îmbuibat cu iubire, empatie şi o presupusă frică de respingere, aşa cum păţeam eu la terapie.

Jung ar fi văzut că eu asociam iubirea cu încrederea, forţa, curajul, respectul, loialitatea, hotărârea şi realizarea. Nu mi-ar fi descris iubirea ca empatie, blândeţe, puritate şi necondiţionalitate.

Dar îmi spuneam că sigur aveau o noimă şi toate acele prescripţii pe care le dispreţuiam.

Înţelesesem din Cartea Roşie că pentru a ajunge la

echilibru trebuie să îţi însuşeşti şi lucrurile care nu îţi plac, care ţi se par nedemne şi lipsite de cutezanţă. *„Fără echilibru cazi dincolo de limitele tale, fără să observi ce ţi se întâmplă. Echilibrul însă îl obţii numai hrănindu-ţi opusul. Ceea ce însă îţi repugnă din străfunduri, căci nu este ceva eroic”* (Jung, 2009, p 263)

Mă gândeam că prin acele invitaţii la iubire blândă aflam mai multe despre susceptibilitatea mea la emoţie.

Eram pusă faţă în faţă cu invitaţia la o identitate care nu era a mea. Sunt năvalnică, speculativă şi aspră.

Intuiam de atunci însă nu o puteam pune în cuvinte clare.

Probabil că m-a ajutat joaca mea cu discursul blândeţii şi empatiei. Aveam ocazia să fac două lucruri. Să mă întăresc jucându-mă cu aşteptările persoanei de la terapie. Dar şi să aflu mai multe despre dinamica emoţiei umane.

Nu îmi era foarte clar de ce continuam cu o joacă terapeutică, dar îmi spuneam că o să-i găsesc un rost la un moment dat. Anticipam că aveam să scot ceva concret din banala terapie ce mă asista în încercările mele de scăpa de frică şi a-mi găsi un specific.

Mă încânta perspectiva de a face câteva şedinţe cu cineva format în psihanaliză jungiană. Am luat internetul la puricat. Am dat peste mai multe site-uri ale formatorilor. Spre dezamăgirea mea unele recomandau educaţia prin iubire şi hrana emoţională. Altele promovau psiho-succesul şi psihoterapia integrativă. Îmi părea că m-aş fi afundat într-o încâlceală şi mai straşnică ca cea pe care o făceam eu în terapia mea.

Plus că din câte înţelesesem nu era deloc recomandabil să faci terapie cu mai multe persoane în acelaşi timp.

Te puteai zăpăci iremediabil.

Prin urmare m-am rezumat la a desluşi pe cont propriu metoda lui Gustav. Cum proceda?

Transpunea în lucrul cu pacienţii ceea ce

experimentase pe el în timpul lucrului la Cartea Roşie. Îi încuraja să deseneze şi să practice imaginaţia activă. Aşa denumise metoda prin care ajungea să îşi golească conştiinţa, apoi lăsa fantezia să se dezvolte în voie, în timp ce o contempla şi uneori mai intra şi ca parte activă a ei. Mai simplu spus

— Să-şi inducă viziuni într-o stare lucidă. Şi să şi comunice cu ele.

Christiana Morgan, cea care ulterior a contribuit semnificativ la inventarea Testului Apercepţiei (un test proiectiv care se mai foloseşte şi azi) a venit la Jung pentru a se analiza. A notat într-o şedinţă din 1926 sfaturile pe care acesta i le dădea în a produce viziuni lucide.

„Ei bine, toate acestea sunt prea vagi pentru mine ca să fiu capabilă să spun multe despre ele. Sunt doar începutul. Mai întâi foloseşti doar retina ochiului pentru a obiectiva. Apoi, în loc să continui să încerci să forţezi imaginea să iasă afară, trebuie doar să priveşti înăuntru. Acum, când vezi aceste imagini, vrei să le reţii şi să vezi unde te duc – cum se schimbă. şi vrei să încerci să intri în imagine tu însăţi – să devii unul dintre actori. Când am început să fac asta vedeam peisaje. Apoi am învăţat să mă pun pe mine însămi în peisaj, iar figurile vorbeau cu mine şi eu le răspundeam…” (Jung, 2011, p 215 – 216).

Fragmentul Christianei Morgan m-a determinat să-mi intru şi eu în lumea mea fantasmatică. Să fac imaginaţie activă.

Intru în fantezia lucidă.

Simţeam că găsisem în sfârşit cheia producerii de viziuni! Aveam un avânt fantastic. Am subliniat citatul din abundenţă şi am scris în dreptul său: *„Metodă producere imaginaţie activă”*. Eram bucuroasă şi plină de energie. M-am gândit că pot şi eu să am o întâlnire lucidă cu inconştientul meu şi instant am intrat într-o stare extatică.

Mi-am amintit de exerciţiul de relaxare pe care îl făcusem la puţină vreme (cam două luni) după ce începusem terapia. Probabil undeva prin decembrie 2009.

Vorbeam despre stările mele anxioase. Mi se spusese că există şi alte variante de îmblânzire a lor pe lângă doctorii anxiolitice.

Cum?

Mi s-a propus să mă întind pe spate pe canapea, confortabil, astfel încât coloana să se găsească într-o poziţie dreaptă. Apoi să mă concentrez pe inspiraţie şi expiraţie o vreme, având grijă să-mi golesc tot conţinutul de aer şi apoi să îl umplu la loc, aceasta urmând să-mi asigure un aport optim de oxigen în corp, în a-l pregăti pe acesta să se relaxeze. După aceea să mă concentrez pe rând pe regiunile corpului. Mai întâi picioarele, apoi abdomenul, apoi spatele, apoi mâinile, apoi umerii, apoi gâtul şi în cele din urmă capul. Trebuia să încordez preţ de câteva secunde fiecare zonă şi apoi să o relaxez, după care să reiau de câteva ori. După ce încordam şi relaxam pe rând aceste zone urma să îmi încordez de câteva ori întregul corp şi apoi să îl relaxez, pentru ca la sfârşit să intru într-o plăcută stare de relaxare. Nu prea am reuşit.

Pentru că nu aveam o idee clară asupra a ceea ce era relaxarea. Dar am aflat odată ce m-am apucat de kinetoterapie.

Începând cu iulie 2010 a trebuit vrând-nevrând să învăţ relaxarea. Multe dintre exerciţii aveau mai întâi o etapă de încordare şi apoi una de relaxare. Primeam indicaţii clare asupra felului de a mă încorda şi relaxa. Totodată şi asupra felului de a inspira şi expira. „Lasă umerii moi”, „nu mai ţine gâtul încordat”, „lasă moale, lasă moale”, „inspiră adânc, expiră tot” „inspiră, expiră” „relaxează, relaxează acum”, iată câteva expresii ce mi se adresau cam în fiecare zi. Alături de prescripţii, profesorul îmi arăta prin propria postură cum trebuie să stau, cum arată relaxarea şi cum arată încordarea. Exerciţiile de relaxare-încordare îmi erau utile în a-mi atenua durerile cauzate de febra musculară, pe care o făceam destul de des în primul an.

Kinetoterapia m-a determinat să-mi cunosc limitele

corpului şi să trăiesc starea de relaxare musculară.

Probabil că de aceea am reuşit să intru foarte repede în relaxare. Căci după ce mi-am amintit de exerciţiul de relaxare de la psiho-terapie am decis să mă relaxez şi să încerc imaginaţia activă.

M-am dus la mine în cameră, m-am aşezat în pat pe spate cu mâinile pe lângă corp şi coloana dreaptă, deci fără pernă.

Am stins lumina şi am început să-mi încordez şi relaxez fiecare parte a corpului. Recunosc că n-am avut nici atunci răbdare să le iau chiar pe toate pe rând. Am încordat şi relaxat picioarele, umerii, abdomenul şi apoi am încordat şi relaxat tot corpul ce câteva ori. Am simţit relaxarea. Am rămas câteva minute în relaxare.

M-am concentrat pe ea, aveam o senzaţie plăcută de linişte, de uşurime a corpului. M-am gândit că voi intra în lumea fanteziilor mele, doar că de data asta nu le voi mai controla eu, le voi lăsa să se manifeste în voie.

Apoi am mai inspirat şi expirat de câteva ori. Până la capăt. Mi-am umplut plămânii cu aer până la refuz.

Apoi am scos tot aerul până simţeam că nu mi aveam suflu.

M-am concentrat din nou pe starea de linişte şi relaxare. Apoi mi-am propus să nu mă gândesc la absolut nimic, să am mintea goală. Am deschis şi închis ochii de câteva ori. Apoi i-am lăsat închişi. Am inspirat şi expirat adânc încă o dată.

Vedeam negru şi câteva pete mai mici şi mai mari, semicolorate. Probabil erau rezultatul acomodării ochiului cu întunericul. Medicii denumesc fosfene aceste puncte luminoase care apar când închidem ochii. Mi-am contemplat fosfenele un minut sau două, până când am simţit o senzaţie de uşurime şi levitare.

Parcă începusem să înaintez încet într-un tunel. M-am speriat un pic şi am avut impulsul de a-mi deschide ochii. Însă mi-am spus să stau liniştită, să mă relaxez şi să observ ce urmează. Atunci am avut o uşoară senzaţie de

cădere în gol. Mi-am spus în continuare să stau liniştită şi să observ. A reapărut senzaţia uşoară de înaintare printr-un tunel. Era plăcut, eram curioasă unde ajung. Am început chiar să disting tubulatura unui tunel, de culoarea granitului. Devenea treptat cenuşiu. Părea că se întrevede un cer mohorât. M-am uitat cu ochii minţii în sus şi în jos.

Am văzut o roată de vânt din lemn cenuşiu, în spate se întrezărea o pădure. Am început să merg către roată. La picioarele mele erau nişte vietăţi blănoase, păroase, rotunde, ce păreau să se multiplice ca gremlinii. Aveau ochii galbeni şi deveneau din ce în ce mai mari. Făcuseră ca un tunel în jurul meu şi se înghesuiau în mine. Deveniseră de-a dreptul nişte monştrii, câţiva mă apucaseră de picioare, alţii îşi arătau colţii lucioşi de culoarea huilei şi păreau a mă ameninţa să mă muşte. Unii mai scoteau şi nişte sunete ciudate şi clipeau intermitent din ochii lor galbeni. Încercam să înaintez către roată dar nu puteam. Se băgau în sufletul meu din ce în ce mai tare. Mă speriasem.

Dar am continuat să înaintez. Pe măsură ce înaintam îmi dispărea frica.

De bucurie că mă simţeam liberă şi neînfricată m-am năpustit cu drag în vietăţile blănoase. I-am luat în braţe pe câţi puteam şi să le-am spus că îi iubesc. Chiar simţeam asta şi îi cuprindeam aşa cu dragoste, cum îmbrăţişezi pe cineva drag. Instant s-au făcut mai mici şi s-au dat la o parte. Cerul părea că se albăstreşte şi a apărut şi o mică rază de soare.

Am înaintat către roată. În spate părea că am o colibă acoperită cu iarbă şi muşchi. Pe jos era o iarbă verde-gălbuie.

Deodată am început să am senzaţia că ceva mă trage înspre linia orizontului, care era mult dincolo de roată.

Senzaţia venea dinspre buric. M-am uitat în jos şi am văzut că în dreptul buricului era ataşată un fel de panglică care devenea din ce în ce mai mare pe măsură ce se apropia de orizont. Viteza cu care mergeam către orizont

creştea considerabil.

Roata dispăruse. Am încercat să mă opun dar nu mergea. Încep să plutesc deasupra câmpului. Deodată mă opresc.

În faţa mea apare un monstru înalt care mă trage de panglică. În spatele lui pare a se întrevedea un castel.

Monstrul e mare, ca un fel de zmeu, are coarne, e negru-antracit, are nasul ca de bivol şi gură de om. Vede că încerc să văd castelul de după el şi se postează în faţa mea.

Are şi un cercel în nas. Mă cam sperie. Îl rog să mă lase să trec. E de neclintit. Îmi amintesc că monştrii cei mici s-au dat la o parte când le-am spus că îi iubesc.

Atunci îi spun că iubirea şi cunoaşterea sunt veşnice. E neclintit. Dar îmi zice „fii frumoasă pentru că te iubesc”. Apoi îmi face cu mâna şi dispare. Se evaporă.

Nu ştiu ce s-a mai întâmplat cu castelul, căci odată ce monstrul mi-a spus că mă iubeşte am simţit că vreau să merg mai departe, de acolo de unde începusem, la roată.

O fracţiune de secundă mă văd plutind deasupra câmpului ce pare a fi în prag de iarnă. Coliba cea cu muşchi pare mai verde şi mai în spate.

Simt că vreau să merg către roată, să văd ce e dincolo de ea. Dar în acelaşi timp mă şi cuprinde o senzaţie de căldură şi beatitudine căci apare soarele pe cer. E strălucitor şi frumos. Simt că mă mai înalţ un pic către soare. Toate lucrurile acestea se petrec cu o repeziciune uimitoare. Simt că nu mai există timp, ci doar mişcare.

Lumina soarelui mă cuprinde repede, îmi place, mă zvârcolesc. Panglica care mă ţine ataşată din dreptul buricului mă cam ţine, nu mă lasă să mă mişc pe cât aş vrea să mă mişc. Soarele devine mai mare. Razele lui sunt din ce în ce mai puternice. Le simt pe panglică.

Realizez că panglica e o parte din mine, căci simt cum o străpung razele soarelui. Panglica e de un cenuşiu, gri-albastru. Pe măsură ce razele se intensifică şi culorile

din jurul meu se intensifică. E rapid, intens, dinamic, înălţător şi frumos. În acelaşi timp şi liniştit şi plin de beatitudine. Simt că mă mişc şi totodată contemplu.

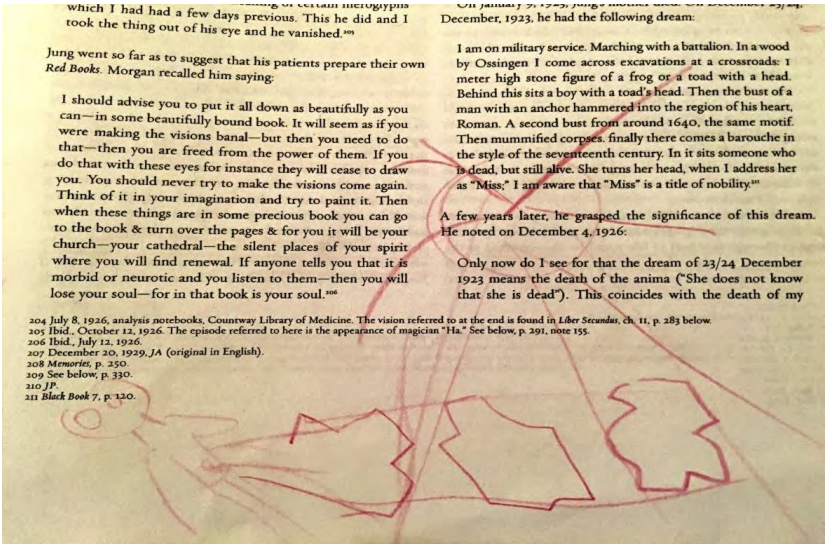
Totul se petrece repede. Intensitatea şi liniştea mă cuprind în proporţii egale. Lumina soarelui se intensifică în continuare, razele iau o formă fizică şi simt că străpung panglica, dizolvând-o. E bine, îmi place. Mă mişc către soare, mă mişc către raze, vreau să le fac să desfacă panglica. Panglica începe să se dizolve. Văd bucăţi de panglică întrepătrunse cu razele soarelui.

Simt că ochii îmi devin mai mari, apoi am o senzaţie de mărire în tot corpul. Şi de înălţare totodată. Razele soarelui intră puţin şi în mine. Pe măsură ce panglica se dizolvă şi descompune în bucăţi mă cuprinde o stare de împlinire, înălţare şi libertate.

Împlinirea aceasta o resimt ca o dinamizare a întregii mele fiinţe, parcă sângele începe să circule mai repede în tot corpul meu, pornind de la buric către cap şi de la buric către picioare. Simt că am mai multă vână. Mă văd şi simt liberă. Simt o mulţumire sufletească pentru că mă simt liberă. Mă cuprinde un sentiment de optimism, vitalitate, încântare şi bucurie. Totodată mă simt şi liniştită şi împăcată. Totul devine din ce în ce mai alb.

Deschid ochii. Imaginea mea şi a panglicii despărţite în bucăţi îmi stăruie pe retină. O mai contemplu puţin. După care dau fuga în sufragerie şi apuc ce-mi cade în mână ca să desenez imaginea. Nu vreau s-o uit. Am trăit o asemenea stare de libertate şi vitalitate atunci când panglica a fost străpunsă şi desfăcută încât vreau s-o imortalizez cât mai repede.

Pe masă era prinţul Cărţii Roşii, deschis chiar la pagina unde citisem fragmentul Christianei Morgan. Creionul roşu cu care subliniasem era lângă carte. Iau creionul şi desenez chiar pe carte o schiţă a fragmentului viziunii mele ce conţinea dizolvarea şi desfacerea panglicii în bucăţi. Iată ce am desenat:


which I had had a few days previous. This he did and I took the thing out of his eye and he vanished.[205]

Jung went so far as to suggest that his patients prepare their own *Red Books*. Morgan recalled him saying:

I should advise you to put it all down as beautifully as you can—in some beautifully bound book. It will seem as if you were making the visions banal—but then you need to do that—then you are freed from the power of them. If you do that with these eyes for instance they will cease to draw you. You should never try to make the visions come again. Think of it in your imagination and try to paint it. Then when these things are in some precious book you can go to the book & turn over the pages & for you it will be your church—your cathedral—the silent places of your spirit where you will find renewal. If anyone tells you that it is morbid or neurotic and you listen to them—then you will lose your soul—for in that book is your soul.[206]

December, 1923, he had the following dream:

I am on military service. Marching with a battalion. In a wood by Ossingen I come across excavations at a crossroads: 1 meter high stone figure of a frog or a toad with a head. Behind this sits a boy with a toad's head. Then the bust of a man with an anchor hammered into the region of his heart, Roman. A second bust from around 1640, the same motif. Then mummified corpses. finally there comes a barouche in the style of the seventeenth century. In it sits someone who is dead, but still alive. She turns her head, when I address her as "Miss," I am aware that "Miss" is a title of nobility.[207]

A few years later, he grasped the significance of this dream. He noted on December 4, 1926:

Only now do I see for that the dream of 23/24 December 1923 means the death of the anima ("She does not know that she is dead"). This coincides with the death of my

204 July 8, 1926, analysis notebooks, Countway Library of Medicine. The vision referred to at the end is found in *Liber Secundus*, ch. 11, p. 283 below.
205 Ibid., October 12, 1926. The episode referred to here is the appearance of magician "Ha." See below, p. 291, note 155.
206 Ibid., July 12, 1926.
207 December 20, 1929, *JA* (original in English).
208 *Memories*, p. 250.
209 See below, p. 330.
210 *JP*.
211 *Black Book* 7, p. 120.

Figura 2. Schiţa viziunii.

După ce am desenat acest mic hominid căruia îi ieşea un şuvoi din buric, având deasupra lui un rotund din care ieşeau raze m-am simţit exaltată şi încrezătoare.

Îmi ieşise treaba cu imaginaţia activă.

Mai mult, în viziune scăpasem de frică! Avusesem şi o senzaţie intensă de libertate şi împlinire. Eram bucuroasă că reuşisem.

Aş fi vrut să pictez viziunea. Eram cam obosită. Ce tocmai experimentasem mă cam consumase, simţisem atâtea şi atât de intens.

Dar am făcut pictură a doua zi.

Aveam nişte culori acrilice şi pensule, rămase din anul 2008, când mă apucase o febră a pictatului pereţilor din camera mea. Le-am căutat, le-am găsit şi am vrut să mă apuc de treabă. Parcă îmi trebuia o foaie mai mare ca un A4, mărimea topului de coli de pe biroul meu.

Oare unde îmi era blocul desen? Nu-mi aminteam.

Din fericire aveam prin preajmă o bucată de hârtie mai mare ca un A3. Pe ea fuseseră nişte abţibilduri mari pentru pereţi de la Ikea.

Am pus foaia pe jos în mijlocul sufrageriei şi m-am apucat de pictat. Mi-am propus să nu gândesc prea mult, ci doar să am în minte imaginea ce o desenasem pe carte seara. După aproximativ o oră terminasem. Iată ce a ieşit:

Figura 3. Desenul imaginaţiei active.

În timp ce pictam mi-a trecut prin minte că panglica aceea ar fi putut reprezenta cordonul ombilical al dependenţei de gratificările celorlalţi. Însă am decis să-mi văd de pictat şi apoi, după ce termin să trec la interpretat.

Odată ce aveam în faţă desenul terminat l-am contemplat plină de mândrie câteva minute. Îmi plăcea ce vedeam, mai ales partea cu soarele. Retrăiam puţin din senzaţiile pe care le experimentasem în viziune. Totodată eram puţin nemulţumită căci nu reuşisem să redau toate secvenţele viziunii mele şi nu făcusem o tranziţie potrivită la nivel grafic între plutirea deasupra câmpului fără soare şi apariţia soarelui. După care m-am gândit la interpretarea desenului şi a viziunii.

Găseam că desenasem cordonul dependenţei de gratificare, dar şi de fricile şi jocurile mele.

Nu prea aveam curaj, căci percepeam stările şi consecinţele lui ca fiind tăioase. Cum de altfel şi

reprezentasem grafic razele ce străpungeau cordonul. Numai că raza ce poposea fix la baza buricului nu era tăioasă, ea doar întrepătrundea şi apoi se pierdea.

Mi-am spus că aşa stau lucrurile în cazul asumării şi curajului. Adică anticipările consecinţelor şi chiar consecinţele pot fi tăioase, însă debutul său are loc lin şi blând. Deci nu ar trebui să îmi mai fie frică să fac, să pun în acţiune diverse lucruri bune. Să nu îmi mai fie frică de libertate şi efort.

Efortul e dinamism.

Îmi plăcuse că în viziune simţisem intens, dinamic, înălţător, vână şi vitalitate. Deci imaginaţia activă îmi dovedise că aveam vână şi zvâc să scap de frică.

Cum mare însufleţire am povestit la terapie ce făcusem. E drept că mă simţeam tare mândră când am arătat desenul.

Poate că de aceea s-a uitat puţin chiorâş la mine şi mi-a spus „să am grijă ce fac cu orgoliul”.

Puţin îmi păsa, mai ales că îmi pomenise grija. Acel „ai grijă” era stimulul care mă făcea surdă şi revoltată.

Era modalitatea prin care îngrijitorii mei anticipau un permanent drob de sare şi mă făceau să mă simt nevolnică.

Am început să povestesc ce am văzut. Nu mă aşteptam să primesc vreo interpretare arhetipală.

Mi-a spus că *„mecanismele agresive personale cedează rapid la căpătarea de afecţiune şi să am grijă la păcăleala afectivă”*. Din nou grija, sursa ostilităţii mele.

— Dar cum vedeţi acea păcăleală afectivă?

— *A cere afecţiunea distorsionat prin jocuri de putere, histrionism şi agresivitate. A oferi afecţiunea condiţionat pentru a primi ceva. Îmbrăţişai monştrii şi le spuneai îi iubeşti pentru a-i determina să te lase să treci.*

Din punctul meu de vedere nu ceream afecţiunea ci voiam puterea şi controlul.

Aşa că iar m-am jucat cu aşteptările persoanei de la terapie în loc să spun că eram fericită că în viziune scăpasem de frică şi doream să am vână, zvâc şi putere în

tot ce făceam.

I-am spus că am înţeles importanţa oferirii de iubire. Că mă bucur că am trăit-o. Deoarece a trăi iubirea îmi dă încredere în mine şi mă ajută să dizolv mecanismele dependenţei.

Drept e că uneori din iubire ajunge să nu îţi mai fie frică. Fie că iubeşti pe cineva, fie că te iubeşti pe tine, frica îţi dispare şi faci. Poate că mai întâi trebuie să nu-ţi mai fie frică, să ai încredere. Iubirea poate însemna şi prezenţa încrederii şi lipsa fricii.

Însă nu am pomenit o iotă de percepţia mea asupra iubirii. Am întrebat persoana de la terapie ce înţelege prin individuaţie. *„Să ştiu cine sunt”*.

Super, voi afla eu de una singură, dincolo de ciorba ta emoţională. Dar nu m-am putut abţine să nu mă joc.

Câteva şedinţe, până am terminat de citit Cartea Roşie, am făcut spectacol cu integrarea afectivă. Am aflat că orgoliul e *hiper-centrist şi poţi să nu îi intri în voie*. Că tiparul meu emoţional era bazat pe *compulsia la repetiţie şi putea ascunde tristeţea*. Şi dincolo de tristeţe *sunt eu*, *mă afirm*, *echilibru*, *persoană*, *emoţie adecvare*. Mai aveam şi *compulsia către control ca tipar emoţional*. Iar *perseverenţa era inutilă repetitivă*, *înnebunitoare*.

Eram fix de părerea opusă, îmi doream să îmi încurajez natura perseverentă în a obţine reuşita şi respectul.

Aveam să mă folosesc chiar de compulsia către control ce îmi era dispreţuită la terapie.

Aveam să-mi controlez perseverenţa în a-mi structura şi rafina capacitatea de atenţie şi absorbţie cognitivă.

Să acumulez mai uşor şi pentru un timp mai îndelungat detaliile din jurul meu.

A merge până în pânzele albe pentru a obţine ceva era un fel de a face şi a fi al meu. Mă deranja că nu aveam curaj să îl expun mai des. De exemplu să îmi fi scris dizertaţia.

La o şedinţă am întrebat ce pot face întru a cunoaşte

şi explica lumea din jurul meu. Mi s-a vorbit despre esenţializare.

Esenţializarea presupune sinteză, structurare, exemplificare, afirmativitate dincolo de proiecţie şi blamare, spontaneitate, autenticitate, coerenţă cu celălalt, a fi fără orgoliu, a putea da şi trăi necondiţionat (esenţializarea în sine este necondiţionată).

Îmi părea ca a esenţializa avea legătură cu educarea atenţiei şi memoriei. Dar şi cu abilitatea de a explica lucrurile simplu şi concis.

Am început să explic cum mă joc cu *blam*, *exemple*, *pendulare*, *basme*, *real*, *fantastic*, *teoretic*, *practic*. Şi că înţeleg că fiecare om poate esenţializa din moment ce esenţializarea e necondiţionată, totul e să fii atent şi să spui lucrurile bine.

Am declanşat o invitaţie aberantă.

„Pot să spun uite mă bucur că am observat la mine în ultimele zile că s-a manifestat capacitatea de a esenţializa”.

Era o clămpăneală iluzorie. Cine stă şi zice că se bucură deoarece i se manifestă capacitatea de esenţializare? Te bucuri că înţelegi, te bucuri că eşti înţeles.

Dar dincolo de dispreţul meu pentru îndemn mi-am pus problema că nu eram atentă şi nu puteam explica lucrurile bine şi simplu.

Mi s-a spus că *lucrurile vin pe măsură ce faci*, *exerciţiul face parte din dezvoltare*.

Bun, deci tot la perseverenţă ajunsesem.

Mă amuzam în sinea mea când mi se recomanda *să fiu în prelungire cu celălalt, nu prin exces social sau interior*. Căci înţelesesem că trebuia să mă arăt mai puţin excesivă, mai puţin agitată atunci când voiam ceva. Să nu mai fac paradă, să fiu modestă şi să îmi văd tăcut de perseverenţă.

Am încurajat să mi se vorbească despre satisfacerea nevoilor emoţionale. Am aflat de *tandreţe*, *empatie*,

atingere, *mângâiere*.

Iar am râs pe sub mustaţă. Mă gândeam că persoanei din faţa mea îi cam lipseau. Aşa cum mie îmi lipsea stima şi aprecierea. Am spus că de fapt nu tandreţea îmi lipsea ci stima şi am aflat că era *„necesar să îmi diferenţiez nevoia autentică de scenariu, să mă focusez pe manifestarea emoţionalului în firescul lui”*.

Aşa că mi-am văzut de identificarea mea cu fanteziile lui Jung din Cartea Roşie. Apoi, simţindu-mă vinovată că nu am şi eu un bagaj de cunoştinţe mai mare în a-mi interpreta fantezia m-am apucat să citesc despre monştrii din artă în Istoria Urâtului scrisă de Umberto Eco.

Mi se tot subliniase că aveam nevoi afective nesatisfăcute. Mă gândeam că e un prilej în plus să mă individuez.

Înţelesesem că Jung îşi văzuse individuaţia ca o diferenţiere a valorilor sale de cele ale inconştientului colectiv cu scopul de a lăsa ceva societăţii. Eventual nişte valori noi.

Nu puteam avea pretenţia să las în urmă noi valori. Dar măcar mă puteam lupta să mi le disting şi extind pe ale mele, dincolo de prescripţiile cu care nu eram de acord la terapie.

Dacă tot mi se recomanda „să fiu aici şi acum”, îmi doream însuşirea capacităţii de argumentare şi a stăpânirii de sine. Să nu mă mai joc cu discursurile emoţionale de la terapie şi să spun că pentru mine contau curajul, forţa, libertatea şi acumularea de cunoaştere şi posesiuni materiale.

Vizunea începuse cu dorinţa mea de a înainta către o roată. Nu i-am dat atunci nicio interpretare roţii. Am fost fermecată de curajul, zvâcul, vitalitatea şi libertatea pe care le simţisem. Am omis să fac orice altă asociere în afară de a-mi lega panglica de un cordon ombilical al dependenţei.

Da, era adevărat că eram dependentă de micile gratificări ale celorlalţi şi atenţie. Numai că ele compensau

frica mea de a face lucrurile aşa cum trebuia. Bine, hotărât şi temeinic.

Îmi fusese suficient că simţisem dispariţia fricii, apariţia zvâcului şi libertăţii. Am renunţat la a-mi extinde explicarea celor văzute.

Era posibil ca roata, soarele, coliba şi monştrii să îmi arate tocmai că puteam să fac lucruri bune, hotărâte şi temeinice. O simţeam, numai că îmi era frică să aflu despre diversele lor corespondenţe în mitologie. Dacă aveam să aflu cumva că nu eram bună?

Din fericire chiar am scăpat de frică. Şi am reuşit să fac acum o interpretare, după patru ani şi ceva de la momentul meu de imaginaţie activă.

M-a ajutat marele sălaş al cunoaşterii contemporane, internetul.

Jung ar fi fost probabil încântat să afle cum azi poţi avea acces la vaste informaţii despre mitologie doar prin câteva click-uri.

Aşa că am încercat să aflu sensul celor văzute de mine cu ajutorul simbolurilor şi mitologiei, aşa cum ar fi făcut şi Carl Gustav. Şi să adaptez materialul episodului meu de imaginaţie activă cu felul în care văd eu lumea.

Am căutat pe google simbolismul şi semnificaţia roţii, a figurii mitologice ataşate prin panglici (mythological figure attached by chords), a mitologiei personajelor ce populează aerul, a figurii mitologice care are cap de taur (mythological figure with bull head).

Şi am aflat lucruri care mi-au mers la suflet.

Roata este un simbol al mobilităţii şi evoluţiei societăţii9. Roata ar putea fi un arhetip al ingeniozităţii umane. Poate nu întâmplător există în multe culturi zicala „a reinventa roata”. Roata reprezintă un simbol cultural şi o metaforă a ciclicităţii şi repetiţiei. În China antică roata era văzută ca un simbol al sănătăţii şi vigorii. Roata e stema steagului Indiei, simbolizând dreptul (dharma) şi e şi figura centrală a drapelului Rromilor. Roata cu spiţe era un semn al prestigiului în Epoca Bronzului şi un simbol al

soarelui la vechii egipteni10.

La începutul viziunii încercam să mă îndrept către roată, către putinţă, mobilitate şi descoperire.

Numai că mă împiedicasem de gremlini, vietăţile blănoase. Erau compulsiile mele de a face o sumedenie de lucruri rele. Îmi era frică că nu mă puteam stăpâni, că puteam funcţiona doar pe principiul plăcerii. Din frică aveam orizontul îngustat, monştrii care făceau tunel în jurul meu.

Odată ce nu mi-a mai fost frică şi am înaintat, adică am început să fac lucruri, am început să mă iubesc aşa cum eram. Când am început să îmi doresc să îmi umplu polobocul am observat că făcând scap de frică. Totodată făcând lucruri hotărâte şi pragmatice încep să mă apreciez pentru ale mele pofte instinctuale. Căci sunt manifestarea unei energii vitale şi nu un lucru rău atâta vreme cât nu îmi afectează curajul şi dispoziţia de a face.

Din frică mă aruncam eu în braţele principiului plăcerii. De aceea monştrii creşteau, mă apucau de picioare îşi arătau colţii şi clipeau din ochii galbeni. Frica mă făcea să mă mulţumesc cu mai puţin. Mă dispreţuiam pentru acest lucru. Şi îmi alinam dispreţul faţă de mine prin şi exagerarea plăcerilor şi poftelor. Măcar la excese şi plăcere mă pricepeam de minune. Eram hedonistă, îmi plăcea să mă distrez, să admir arta, să petrec, să dansez, să mănânc şi să beau, să fac dragoste, să simt că fiinţa îmi sfârâie cu plăcere.

Din frică mă concentram pe excesele hedoniste în loc să îmi bag energia şi în perseverenţa de a-mi umple polobocul cu realizări stimabile.

Monştrii măriţi erau o reprezentare a excesului.

Ochi galbeni ai monştrilor erau uitătura mea urâtă pe care mi-o exageram în mod voit. Mă mulţumeam că îmi pot controla privirile mele „ca de nebun” în a zăpăci şi speria audienţa.

Roata dispăruse din aria mea de interes în viziune căci tăbărâseră pe mine monştrii. Adică mă concentram

prea mult pe principiul plăcerii şi pe incompetenţa mea izvorâtă din acesta. Mă concentram şi pe frica că nu îl pot stăpâni, dar am înaintat, adică am făcut, dincolo de frică. Aşa am putut să îmi însuşesc şi principiul realităţii şi să îmi iubesc şi principiul plăcerii. Nemaiavând o atitudine ambivalentă faţă de el, diferenţiindu-l, acesta s-a dat la o parte, mi-a făcut loc că ai mei monştrii din fantezie.

Aşa s-a întrezărit o rază de soare şi am vrut din nou să merg către roată.

Am văzut coliba. Era casa şi familia mea. Eram dependentă de ce mi se lăsase. De aceea odată ce am văzut coliba am văzut şi că eram ataşată de o panglică. Trăiam valorificând agoniseala familiei prin speculă. Nu aveam recunoştinţă faţă de zestrea materială şi emoţională ce mi se lăsase. O făceam de doi bani, deşi profitam de bunurile materiale şi spiritul meu speculativ. Făceam tam-tam că fusesem un copil neglijat şi de aceea făceam în ciudă. În loc să văd că aveam spirit pragmatic şi speculativ şi zestre datorită familiei în care crescusem. Că îmi oferiseră suficiente lucruri încât să fiu mulţumită, să trec peste învinuiri inutile şi să pun mâna să fac ceva bun, să îmi depăşesc condiţia.

De fapt trecusem, realizasem că eram în viaţă datorită mamei după ce fusesem invitată să citesc moartea căprioarei. După aceea aflasem cum puteam trece la principiul realităţii. Ceea ce presupunea detaşarea de imitarea părinţilor.

Deci panglica nu mai era dependenţa de familie. Ce era panglica atunci?

În mitologia Cherokee pământul era la început o insulă plutitoare ce era atârnată de cer prin patru cordoane corespunzătoare punctelor cardinale”.

Adică mă detaşasem de origini şi realizasem că sunt. Eram şi eu ataşată de un specific. Pe care trebuia să îl dezvolt. Numai că mă împotriveam, voiam să scap de cordon şi să mă duc către roată. Adică să obţin cunoaşterea fără truda de a-mi pune la lucrul specificul.

Nu mergea. Trebuia să mă trudesc în baza a ce eram, dincolo de imitaţii şi învinuiri. De aceea începusem să mă îndrept cu repeziciune către orizont.

Care era specificul meu? Începusem să plutesc. Eram în aer.

http://high-tech, wikidot.com/blog: 2 (accesat la 15.06.2016)

https://en.wikipedia.org/wiki/Wheel (accesat la 15.06.2016)

11 https://en.wikipedia.org/wiki/Cherokee_mythology (accesat la 15.06.2016)

În mitologie, aerul este un element primordial al vieţii, din care este constituită lumea, alături de foc, apă şi pământ. Vântul este o materializare a forţei elementului aer. Este un element ce poate reda în acelaşi timp zbuciumul naturii, furia divină, forţa distructivă sau opusul acestor stări, armonie, calm, ideea de zbor. Fiind un element schimbător, vântul a fost împărţit în diferite categorii, după rolul şi direcţia baterii sale12.

Aerul era pentru vechii antici un element abstract, indefinit, dar care se materializa sub mai multe forme.

Grecii aveau vreo 41 de zeităţi ale aerului şi cerului, de la Atlas, la Hera şi Zodiac13.

Sunt zodia Balanţă, un element de aer. Am ascendent în Berbec, un element de foc.

Aerul şi focul fac lucruri bune de sunt bine delimitate şi controlate. În caz contrar fac haos şi prăpăd. Ca pulsiunile mele nestăpânite.

Sudul poate fi focul, estul poate fi aerul, nordul poate fi pământul, iar vestul poate fi apa. Eram ataşată de aer, estul. Soarele răsare de la est. De unde vine şi pustiitorul crivăţ.

Prin urmare eram ataşată la specificului aerului.

Dar nu realizam cine eram şi ce puteam face. Mă lăsam purtată dar în acelaşi timp mă şi revoltam în van.

Panglica din fantezie mă trăgea şi eu mă împotriveam.

Deodată mă oprisem. În faţa mea era monstrul cu gură de om şi nas ca de bivol. Probabil era un minotaur.

Acesta e o creatură mitologică cu corp de om şi cap de taur ce stă într-un labirint”.

Dă dovadă de ferocitate, cruzime şi nu e foarte inteligent15. Dee aceea nici nu poate ieşi din labirintul în care l-au băgat zeii.

Minotaurul putea fi o altă instanţă a mea, visceralitatea şi nestăpânirea de sine. Dacă nu mă stăpâneam puteam scoate afară o furie oarbă şi distructivă. Dacă nu îmi stăpâneam pulsiunea de a acţiona şi avea imediat, atunci aveam câmpul conştiinţei îngustat. Dorinţa de a face şi avea lucrurile imediat mă făcea proastă ca minotaurul ce nu putea ieşi din labirint.

Dar minotaurul avea un cercel în nas, semn că deja fusese domesticit. Cum fusesem şi eu de către îngrijitorii mei. Aveam un simţ moral, un simţ al datoriei şi înţelesesem ce era discernământul de la o vârstă fragedă.

În spatele creaturii era castelul, ce probabil semnifica vanitatea mea de a mă juca cu aparenţele. Făcea şi ea parte din spiritul nestăpânit şi prost, castelul era în spatele minotaurului.

Mi-am amintit de monştrii mici ce plecaseră odată ce le spusesem că îi iubesc, adică am voit să păcălesc minotaurul. De aceea îi spusesem ceva mai complex, cum iubirea şi cunoaşterea sunt veşnice. Căci era mai mare. Aşa cum mă tot păcăleam şi pe mine cu iubirea şi cunoaşterea de sine. Dar de la păcăleală am ajuns treptat la realitate. Am ajuns să mă cunosc şi să îmi iubesc latura pulsională şi instinctivă. Iar ea să îmi dea energie să fac ce e bun şi împlineşte. Să nu mă mai incomodeze în a obţine lucruri bune.

Adică să mă iubească şi ea ca minotaurul. Să văd că sunt frumoasă cu pofta mea de viaţă, vâna şi zvâcul meu orientate către joacă bună, spirit ludic, pragmatism şi altruism. Şi nu către ciudă şi joacă bolnavă.

Stăpânindu-mi spiritul vulcanic, diferenţiindu-l şi

iubindu-l acesta s-a evaporat. Odată cu el şi castelul, vanitatea aparenţelor.

După evaporarea relelor am ajuns să caut iar roata, mobilitatea, evoluţia şi ingeniozitatea. A apărut soarele.

Deităţile solare simbolizează puterea şi rezistenţa. Apollo era zeul soarelui şi cunoaşterii.

Soarele a început să îmi facă panglica bucăţi.

Semn că pentru a ajunge la roată trebuia să mă diferenţiez, să ştiu ce sunt şi ce pot face. Să nu mă mai las purtată, să scot acţiuni şi lucruri bune din haosul vântului. Să am voinţă în a delimita şi stăpâni ce sunt. Să obţin cunoaşterea de sine şi de lume.

De aceea m-am şi simţit cel mai bine din lume când soarele îmi desfăcea panglica. O combinaţie de calm cu libertate, intensitate, împlinire.

Îmi născusem un simbol al sinelui, panglica ataşată de buric şi tăiată de razele soarelui. Era conectată la orizont, la elementul aer, la est. Energia mea era de aer. Aerul dă şi calmul şi armonia. E şi capricios. Face furtună şi calamitate.

Dar aveam şi soare, forţa cunoaşterii. Soarele intrase un pic şi în mine.

Se făcuse alb la sfârşit. Era ca la facerea lumii. Care fusese primul lucru făcut de Dumnezeu când crease lumea? Să fie lumină!

Într-un mit indian şarpele cel rău înghiţise oceanul primordial şi toate lucrurile create. A venit Indra şi i-a despicat stomacul cu un fulger şi a scos de acolo toate lucrurile”.

Nestăpânirea şi capriciozitatea date de aer îmi înghiţeau lucrurile bune. Razele ce despicau panglica semănau cu fulgerele.

12 https://ro.wikipedia.org/wiki/Aer (mitologie) (accesat la 15.06.2016)

http://www.theoi.com/greek-mythology/sky-gods.html (accesat la 15.06.2016)

https://en.wikipedia.org/wiki/Minotaur (accesat la

15.06.2016)

http://revistanautilus.ro/cryptozoologie/minotaurul/ (accesat la 16.06.2016)

16 https://en.wikipedia.org/wiki/Snakes_în_mythology (accesat la 16.06.2016)

Aveam mitul meu. Parcursesem un drum obţinând curajul, scăpând de monştri, văzând ce pot face, roata. La final era un simbol al meu. Panglica străpunsă de soare. Adică natura mea dual㠎. Instinctivă, haotică, pustiitoare şi nesăbuită. Şi în acelaşi timp lucidă, măsurată, senină şi armonioasă.

Jung spunea că inconştientul produce simboluri.

Reuşisem în 2011 să îmi produc propriul simbol cu imaginaţia activă dar nu eram neapărat convinsă.

Trebuia să obţin nişte dovezi concrete ale putinţei mele. Să fac şi să observ ce iese. Faust al lui Goethe spune: La început a fost fapta! (Jung, 2014, p 283). Nu stăteam eu la prea multe introspecţii atunci.

Eram mulţumită că reuşisem să fac imaginaţie activă. Obţinusem o fantezie în care trăisem nişte stări minunate. Până la urmă fusese doar un vis lucid. Rămăsese o pictură a lui.

În realitate mă războiam şiret cu agentul terapeutic şi eram nemulţumită că am un bagaj de cunoştinţe limitat. M-am apucat să citesc Istoria Urâtului scrisă de Umberto Eco.

Citind observam cum atenţia mea scârţâia. Aşa că am citit şi mai mult şi am lucrat la atenţie. Am făcut muncă şi disciplină în a mă stăpâni şi a dobândi mai multă cunoaştere.

Mă motivase Jung să renunţ la vise de preamărire şi să îmi transform neputinţele.

„Neputinţa frânează continuarea ascensiunii. O altitudine mai mare pretinde o virtute mai mare. Noi n-o avem. Trebuie mai întâi s-o creăm, învăţând să trăim cu neputinţa noastră. Acesteia trebuie să-i dăm viaţă. Căci altminteri, cum să evolueze ea către putinţă” (Jung, 2009,

p 240).

În capitolul următor prezint cum m-am războit cu atenţia deficitară, am încercat să fiu modestă şi am mai aflat lucruri despre mine.

Capitolul XII. Umberto Eco şi Atenţia.

Citirea Cărţii Roşii mă făcuse să mă gândesc la a mea limitată cultură generală. Doream să-mi extind cunoaşterea.

Mă mai şi apucasem de-a binelea de studiul cu „mergers and acquisitions”. Îmi convocasem un bun prieten şi lucram de acasă. Mai mult ne jucam. Dar chiar îmi structuram atenţia, amicul era un zbir al detaliului, stăpânea Office-ul cu mare desăvârşire şi ştia engleza aproape la fel de bine ca româna.

Aveam ce învăţa şi dezvolta grupa mare din interacţiunea cu studiul şi cu amicul. Nu lucram mai mult de patru-cinci oare pe zi.

Aşa că aveam timp berechet să îmi extind cunoaşterea şi în alte direcţii. Mi-a venit să mă apuc să citesc Istoria Urâtului scrisă de Umberto Eco.

Primisem cartea cu ocazia zilei mele de naştere de câţiva ani. O răsfoisem puţin şi apoi o aşezasem la loc de cinste în bibliotecă. Alături de sora ei, Istoria Frumuseţii. Pe care mi-o cumpărasem în 2008, îmi fusese de ajutor pentru lucrarea de licenţă. Nici pe aceasta n-o citisem din scoarţă în scoarţă, nu aveam răbdare. O parcursesem în diagonală, insistând pe pasajele ce le consideram relevante pentru lucrarea mea.

Ţin minte că am scos cele două volume din bibliotecă. Le-am răsfoit, le-am cântărit. Istoria Frumuseţii mi se păruse puţin plictisitoare când o parcursesem în 2008. Erau prea multe elogii şi laude în ea. Nu-mi erau pe plac, îmi păreau banale.

Monştrii, ciudăţeniile, ororile şi urâţenia îmi atrăgeau atenţia ca un magnet. Totuşi nu suficient încât să mă dedic lecturării Istoriei Urâtului de îndată ce o primisem. Nu aveam o motivaţie clară care să-mi susţină

efortul de atenţie în a o citi.

La mine plăcerea cititului de dragul ei nu a existat niciodată. Citeam pentru că trebuia, pentru că doream să aflu ceva sau pentru că doream să-mi depăşesc şi înving anumite aspecte. Atenţia mea era nărăvaşă.

Tocmai pentru a-mi susţine atenţia deficitară am decis să mă apuc de Istoria Urâtului.

Găseam că fascinaţia mea pentru urâţenie mă va ajuta să-mi menţin atenţia cu mai multă uşurinţă. Şi apoi, după ce mă voi fi intoxicat cu urâţenie, lecturarea Istoriei Frumuseţii va veni ca o contrabalansare.

La câteva zile după ce mă apucasem de citit am avut terapie. Mă împăunez la entitate.

Ia uitaţi ce am început eu să fac, îmi extind orizontul cunoaşterii prin citirea despre urâţenii.

Ce consideri că e urât la tine?

Nu pot să-mi concentrez atenţia pe cât mi-aş dori, fuge compulsiv doar după pasajele care îmi fac plăcere.

Poate că *forţa compulsiei e urâtul la tine*.

Ce face forţa compulsiei?

E o dependenţă care vine la pachet cu orgoliul. Arată un deficit perpetuu, nu e o satisfacere pe cale naturală.

Ah, naturalul ăla plus orgoliul mă odârlesc mai ceva ca pe cel mai sărman măgar de la stână. Eh, lasă că voi scoate eu ce trebuie din luminăţia închistată ce tocmai a început să rumege la un baton cu cereale. Mi-a cerut voie dar nu îmi pare corect ce face. Lasă că îmi iau şi eu nişte sărăţele din bucătărie. Revin şi îi răstălmăcesc cuvintele până i-o ieşi pe nas.

Compulsia e un deficit! Cum scap de el?

E un deficit rezolvabil. Delimitează-ţi nevoile de compulsii. Copilul, dacă nu îi delimitezi nu are de unde să ştie.

Eu vreau atenţia! Acum nu din partea celorlalţi, ci să am atenţia trează. Cum face individul ca să-şi discearnă nevoia orgolioasă de nevoia de apreciere?

Atenţia e un atribut al stării de prezenţă.

Ce face?

Optimizare, *dezvoltare*, *observare*. *Se ajunge la primenire*.

Îmi venea să fac o enormă ocară. Sigur, du-te tu la pelerinaj ca să te primeneşti. Iar eu o să-mi pun straiele de duminică, alea bune şi o să dau o orgie bahică în cinstea drumului tău către puritate. Adică o să mă primenesc ca să-ţi sărbătoresc misiunea către înnoirea spirituală.

M-am abţinut.

Cum învaţă copilul să fie atent la ce e bun?

Copilului îi este delimitat ce este potrivit şi ce nu. Copilul răzgâiat are şanse să devină un adult orgolios pentru că primeşte pe tavă atenţia şi îi sunt satisfăcute capriciile, nu are de unde să ştie cum să-şi delimiteze şi reprezinte trebuinţele de mofuturi. E necesar să fie invitat să se observe pe sine şi pe ceilalţi, ca să integreze potrivit nevoia de apreciere şi să se detaşeze de pornirile sale orgolioase. Astfel îi este dezvoltată şi inteligenţa socială. Care se susţine cu cea teoretic-raţională, adică prescripţiile valorice şi comportamentale pe care le primeşte de la grupul său de apartenenţă.

Credeţi că eu încă vreau prea multă atenţie?

Uite-te în jurul tău. Ce ţipă după atenţie?

Deşi renovasem casa la sfârşitul primăverii şi îmi stăvilisem pulsiunile de a o împopoţona din abundenţă, tot nutream difuz să fiu băgată în seamă pentru casa mea deosebită. În baza ideii că „dă bine la public”, ţineam în continuare o sumedenie de lucruri inutile – mici obiecte, pixuri, reviste, broşuri, suveniruri, veselă, vechituri. Păstram cu mare dârzenie toate nimicurile, aşa cum învăţasem de la familia mea.

Ba mai mult, dusesem la un alt nivel obiceiul mamei mele de a-mi mai lăsa câte un bileţel sau de a mai pune bileţele scrise pe diferite alimente. Îmi umplusem casa cu diverse inscripţii. La bucătărie pe frigider tronau mai multe bileţele cu vorbe de duh. Şi cum frigiderul era vechi

şi mă gândeam că oricum îl voi schimba curând, îi umplusem părţile laterale cu inscripţii făcute cu markerul. La trei luni după acea şedinţă am înlocuit frigiderul. Câteva zile, până când l-am vândut omului de serviciu al blocului, a stat pe casa scării. I-am făcut o poză. Iată:

Figura 4. Frigiderul Arctic, moştenire plină cu inscripţii.

Poza putea fi destinată unui album, „Urâtul Casei Strat”.

Nu mă limitasem la frigider. Dulapul negru din baie era numai bun pentru inscripţii făcute cu creta. Aşa că îl umplusem şi pe dânsul cu felurite vorbe de duh plus atenţionări destinate vizitatorilor (apa trebuie trasă / peria din spatele veceului nu este de decor… etc). Pe lângă cei doi mari coloşi acoperiţi cu scrieri mai aveam obiceiul de a lăsa diverse bileţele cu tot felul de notiţe prin toată casa.

Am spus agentului terapeutic cum scrierile din baie şi bucătărie erau probabil ceva mai mult ca ceea ce îmi era

necesar. Făceam un joc, nu scrierile mi se păreau a fi problematice, ci frica mea difuză şi atenţia mea deficitară.

Evident că am iscat o povaţă.

Când apare momentul renunţării înseamnă că renunţ la compulsia de a primi atenţie şi a mă reconfirma eu singură.

La compulsie nu ai cum să renunţi. Cel mult o poţi transforma în altceva. Trebuia să primesc mai întâi nişte confirmări pentru capacitatea mea de a face lucruri bune, pentru a-mi fi stabilizată încrederea în mine.

Am început să mă tângui.

Dar, ştiţi eu îndur o grămadă de lucruri de dragul atenţiei. Prezenţa plicticoasă a celorlalţi, conversaţiile mediocre, neplăcerea unei vestimentaţii rigide, sau futilitatea anumitor activităţi. Efectiv pierd timpul, îndrugând vrei şi uscate. Făcând aşa simt un vid interior. Da scap repede de el, fac nişte circ sau mă fălesc la momentul oportun, creez un mic tămbălău exact atunci când audienţa e pregătită. Atunci primesc atenţie şi laudă. Mă enervează că pentru a le obţine e necesar să trec mai întâi prin furcile caudine ale plictiselii.

E un miraj al laudelor umane şi o suferinţă a demonstrativităţii.

— Da, probabil că de aceea nici nu pot empatiza bine.

Poate dai empatiei conotaţia de compătimire. Pentru că te tot victimizezi. Când victimizez nu îmi asum, e un joc de putere inversat.

Dar poate mă victimizez din joacă, să mai râd un pic.

Din compulsia de a primi atenţie imediat se face salt în orgoliu.

— Dar eu nu vreau orgoliu, vreau doar să fiu mai atentă la ce e în jurul meu. Dar mai cu seamă la ce citesc, să îmi menţin atenţia mai multă vreme.

— *Atenţia e un aspect firesc, ca şi asumarea*.

— De ce nu am fost susţinută în copilărie să îmi dezvolt atenţia?

— *Nu cumva te victimizezi pe degeaba*?

— Cum vedeţi victimizarea?

— *E o mocirlă interioară, apare când nu ai ceva util de făcut pentru tine şi pentru celălalt. Când nu primeneşti.*

— Păi şi cum primenesc eu nevoia mea de a fi lăudată?

— *Se ajunge la un firesc al lucrurilor, prin atenţie şi asumare. Nevoia de laudă arată că omul se simte limitat şi nu acceptă. E o diferenţă între a te aştepta să fi valorizat şi a cere şi aştepta laudă.*

— Eu nu am fost valorizată în copilărie! De aceea mă şi revoltam, primeam prea multă cicăleală, nimic din ceea ce făceam nu era bun!

— *Reactivitatea e concentrată pe trecut, absoarbe energie, nu construieşte. Dependenţa de atenţie poate fi rezolvată.*

Îmi deschisese ochii că nevoia de laudă denota un sentiment de inferioritate iar reactivitatea nu te lasă să te dezvolţi. Dar mi se părea o mare mojicie să îmi tot fie aplicat acelaşi discurs al primenirii şi construcţiei indiferent de problema vizată. Başca mi se arăta cum eram dependentă şi trebuia să fiu empatică.

Însă pricepusem eu de la agentul terapeutic cum că firescul lucrurilor ar fi fost să nu mai dau atâtea conotaţii absolute feluritelor aspecte ce mă înconjurau, ci să fiu pur şi simplu prezentă şi atentă. Şi să îmi asum aspectele negative, cât şi pe cele pozitive.

Drept urmare chiar mi-am propus să mă dau pe brazda dependenţei, *să continui să o destructurez*.

Am găsit un pasaj din Istoria Urâtului şi am găsit de cuviinţă că în el se găsea dependenţa mea.

Iată ce spune Atanasie din Alexandria în secolul 4: *„demonii pot face orice pe lume pentru a-i înşela pe cei săraci cu duhul – trăncănesc, zăpăcesc, se prefac nevinovaţi, fac hărmălaie, râd ca nebunii, fluieră, iar dacă nu li se acordă atenţie de îndată plâng şi se jelesc ca nişte înfrânţi”* (Eco, 2007, p 96). *Cât se poate identifica*

dependenţa din mine cu acest pasaj!

Era o sminteală, doar râsesem cu poftă de înşelăciunile aplicate de demoni şi inconştient voiam să-i aplic o păcăleală agentului terapeutic. Să-i arăt că sunt dependentă de fapte drăceşti şi să-i răvăşesc natura cuvioasă prin jelania dependenţei mele. Eventual să-i şi vorbesc puţin despre marchizul de Sade, umorul vulgar şi obscen. Sau despre plăcerea mea de a duce lucrurile dincolo de limita suportabilului, despre savoarea insuportabilităţii şi copleşitorului.

Noroc că mi-a atras atenţia *meşteşugul ţinerii de minte – „pentru a reţine cuvintele şi conceptele oamenii erau sfătuiţi să le asocieze cu diferitele încăperi ale unui palat sau cu diferitele locuri ale unui oraş, unde se găseau statui înfricoşătoare, greu de uitat”* (Eco, 2007, p 125)

Voiam să am şi eu o mai bună ţinere de minte!

La terapie am dat uitării trăncăneala dependenţei şi copleşeala.

— Cum fac eu să deprind meşteşugul ţinerii de minte? Ce sfat aţi avea? Citesc fragmentul cu statuile şi primesc un răspuns la care nu mă aşteptam.

Putem vorbi despre construirea deprinderii de atenţie post-voluntară.

Ce face, cum funcţionează?

Atenţia este involuntară, voluntară şi post-voluntară. Cea post-voluntară implică concentrare, stabilitate, durată mare de timp, efort minim. Îi este premergătoare cea voluntară „vreau să fiu atent”.

Evident că nu-mi putea oferi o tehnică prin care să deprind atenţia aceea concentrată. Mă simţeam de nimic şi că fac o terapie de nimic. Dar nu puteam accepta aşa ceva, trebuia să fac cumva să scot ceva bun din mine şi din terapie. Nu-i permiteam prezumţiei de incompetenţă să se dezvolte. Compensatoriu mă refugiam într-o joacă dispreţuitoare. Care îmi dovedea competenţele terapeutice limitate pe care le aveam la dispoziţie.

Competenţă terapeutică limitată.

Uitaţi, eu mi-aş dori să fiu compătimită pentru lipsa mea de atenţie.

Compătimirea poate fi reversul agresivităţii. Adaptativă e acceptanţa, compasiunea.

— Da? Ce părere aveţi despre copii care fac tărăboi ca demonii şi sunt apoi certaţi sau compătimiţi? Citesc fragmentul lui Atanasie.

— Copii au un tipar al tărăboiului pentru a le convinge pe mame.

— Da, sau sunt agitaţi pentru că li se spune permanent că trebuie să stea cuminţi. Nu le este valorizat dinamismul.

— Valorizarea demersului acţional se necesită a fi departajată de sancţionare. Astfel apar în copil elemente de conştiinţă etică.

— Adică să fie îndemnaţi la ruşine! Să li se spună că lumea îi va respinge şi ironiza dacă nu stau cuminţi. Să le fie frică de ce va spune lumea.

— Valorizarea tip „ce zice lumea" e specifică comunităţii mici. Odată ce ce trece în comunitatea lărgită, societate, păstrarea aceluiaşi tipar duce la lipsă de afirmativitate.

— Da! De aceea nu pot eu să mă afirm, şi-au bătut joc de mine cu ameninţările iminentei apocalipse făcute de gura rea cea lumii. E oribil! Îmi vine să dau cu ei de pământ!

— Furia mutilează emoţionalul şi cogniţia. Favorizează idei parazite ca răzbunarea, blamarea, negativismul. Se auto-alimentează şi apare cantonarea în acelaşi cerc vicios al furiei.

— Cum mă motivez să scap de furie?

Motivarea înseamnă cuvântul potrivit în situaţia potrivită. Găsind cuvântul potrivit am situaţia potrivită la nivel interior. Cuvântul e la jumătatea drumului dintre afectiv şi cognitiv. A folosi cuvintele potrivite înseamnă a avea acces la interiorul şi esenţa fiinţei mele.

Nu am fost învăţată să mă exprim în cuvinte

potrivite! Nu mi-a fost favorizată simplitatea, aveau pretenţii intelectuale de la mine când eu în mod evident nu puteam sta locului şi citi! Am avut parte de o educaţie necorespunzătoare!

Poţi ierta!

Poate, dar momentan mă îndoiesc.

„Te-am iertat" este corolarul 17 lui „te iubesc necondiţionat".

Am tăcut câteva momente. Nu eram deloc de acord cu iubirea necondiţionată. Îmi părea a fi o reţetă pentru a nu-ţi găsi reperele, pentru a nu interioriza valori, hotărâre şi voinţă. Dacă tot eşti iubit din oficiu, ce rost mai are să lupţi, să te zbaţi, să îţi depăşeşti condiţia? Totuşi mă simţisem iubită în copilărie. Avusesem parte de restricţionarea libertăţii din prea multă iubire. Fusesem considerată bulgăraşul de aur ce are nevoie de o grijă permanentă ca nu care cumva să sufere. Dacă din prea multă lui agitaţie ajunge să cadă, să se lovească, sau îmbolnăvească? Ceea ce mi se părea o altă latură parşivă a iubirii necondiţionate. Adică incapacitatea de a vedea nevoile celuilalt dincolo de fricile tale ieşite din iubire.

Plus că eram în cele din urmă iertată pentru toate prostiile pe care le făceam. Ceea ce din nou îmi părea găunos. Din moment ce ştiam că eram oricum iertată pentru orice lucru, ce sens mai avea să mă stăpânesc şi să fac lucrurile cum trebuie?

După mine iubirea necondiţionată aduce răsfăţ şi inadaptare.

Pricepusem eu la un moment dat că dacă ierţi te ierţi în primul rând pe tine. Apoi a ierta e o dovadă de forţă şi nobleţe sufletească.

Mi-am dres vocea şi am început o argumentaţie schiloadă ce a iscat un vălmăşag emoţional.

Da, a ierta poate fi un lucru meritoriu şi bun. Însă trebuie subliniat motivul iertării. Să nu se înţeleagă că ierţi din oficiu, pentru că eşti tu pasiv şi nu ai discernământ. Să priceapă omul că a fost iertat, chiar dacă a greşit şi a

dezamăgit.

Frumuseţea e o oglindă a interiorului. Blândeţea nu înseamnă pasivitate ci disponibilitate. Emoţia poate fi exprimată, pur, necondiţionat. Acel „dacă" e dovada unei imitaţii.

Ohoo! Îmi picase fisa! Agentul terapeutic fusese condiţionat în copilărie prin iertarea greşelilor urmată de o aspră mustrare şi evidenţierea dezamăgirii pe care o provocase prin greşeală.

Dar nu era problema mea.

Cum ieşi din imitaţie?

17 Concluzie care derivă nemijlocit dintr-o teoremă. Idee care derivă din alta. Idee care decurge dintr-o teorie, dintr-o afirmaţie.

— *Prin asumarea timpului prezent întru viitor. Rămânând în fixarea trecutului nu facem decât să îl reactivăm perpetuu. Nu pot trăi la nesfârşit în trecut, are o componentă depresivă, mă blochez. Una e să ofer din experienţa trecută celorlalţi pentru catalizarea situaţiei lor şi alta e să mă fixez.*

Îmi era clar, activasem insidios un fost blocaj al persoanei de la terapie. Peste care se forţase să treacă. Cine ştie, poate avusese şi depresie pe care o catalizase prin învăţarea psihologiei. Îmi venea să râd. Dar îmi era şi milă. Totuşi, mi-am continuat joaca întru a-mi confirma ipoteza competenţei terapeutice limitate.

— Cum îţi reprezinţi potrivit trecutul?

— *Te întrebi dacă ai învăţat ceea ce trebuie din trecut. Odată ce am fixat trecutul ei devine integrat la timpul trecut, ca experienţă de viaţă. E o pildă şi nu perpetuarea maladaptativului prin blam şi reproş.*

Deci avusese parte de mult blam şi reproş în copilărie. Şi le integrase ca teme prevalente în competenţa-i terapeutică. Oare cum făcuse?

— Ştiţi, eu nu prea înţeleg partea cu integrarea…

— *Integrarea trecutului înseamnă că am luat lecţia necesară pentru prezent şi viitor, mă desprind de*

compulsia la blam şi reproş.

— Cum?

— *Prin stare de prezenţă, de accesare a interiorului*.

Mai că rămăsesem fără suflu de furia ce îmi apăruse. Uitasem de joaca mea. Nu făcusem eu imaginaţie activă? Nu scosesem eu din interior, din inconştient, propriul meu mit? Ah, dar vai, nu mitul contase, ci că aveam tendinţă la păcăleală afectivă.

Mi-a trecut furia. Poate persoana din faţa mea chiar fusese sensibilă la şantajele emoţionale ce i se aplicau în copilărie. I se spusese că nu mai e iubită dacă face ce nu trebuie. Şi o luase de bună, rămăsese traumatizată. De aceea insista cu iubirea necondiţionată. Rămăsese cu o permanentă frică de lipsă a iubirii şi angoasă la blam şi reproş.

Pe mine doar bunica mă ameninţa cu sistarea iubirii. Şi nu o luam în serios. Făceam şi mai mare hărmălaie, apoi o pâram părinţilor. Iar ei subliniau că bunica mă iubeşte oricum, aşa cum mă iubesc şi dânşii. Apoi mă invitau să mă concentrez pe părţile ei bune, cum că îmi este devotată şi îmi favorizează discernământul.

Mă simţeam mai bine, am revenit la joacă.

Ştiţi că eu semnific rău propriul meu trecut…

Reacţionez în conformitate cu semnificaţia pe care o dau. Care e semnificaţia mea? *E cumva tributară orgoliului, fricii de abandon*?

Nu am lucrat noi mult la frica de abandon, nu am scăpat eu de bâţâială?

Ca un găgăuţă încrezător mă aşteptam să treacă peste propriile traume şi să revină la ceea ce în mod evident mă interesa, cum obţineam eu atenţia concentrată. Însă nu s-a întâmplat. Am provocat o gogomănie.

De la recuperarea emoţională a trecutului, la integrarea lui, apoi după creştere şi dezvoltare.

Îmi era lehamite, tot ce voisem era o tehnică de menţinere a atenţiei concentrate şi sfârşisem în recuperare emoţională.

M-am gândit să pun capăt terapiei. Dar nu puteam, nu mă lăsa conştiinţa. Trebuia să mai scot ceva din proces. Măcar dizertaţia să mi-o scriu. Plus că aveam impresia că a vedea competenţele limitate ale agentului terapeutic îmi favoriza apariţia încrederii în mine.

De fapt era o bolnavă plăcere ce înlocuise bâţâiala.

Notarea compulsivă a prescripţiilor cu care nu eram de acord, în timp ce mă uitam pe sub sprâncene la reacţia din faţa mea şi vedeam ba mulţumire, ba nemulţumire îmi oferea un sentiment al sublimului. Mă simţeam în control, ţineam o cronică a prescripţiilor ce puteau pune stăpânire pe mine. Îmi testam limitele.

Sau nu. Eram ca o furtună într-un pahar cu apă.

Încercăm senzaţia de Sublim în faţa unei furtuni, pe uscat sau pe mare, în faţa unor stânci de nestrăbătut, a întinderilor mărginite, a peşterilor şi a cascadelor, atunci când ne bucurăm de vid, de întuneric, de singurătate şi de linişte, de furtună? *Toate acestea trezesc impresii care pot fi plăcute atunci când suntem îngroziţi de ceva care nu poate pune stăpânire pe noi şi nu ne poate vătăma* (Eco, 2007, p 272).

Mă gândeam că eram îngrozită de o posibilă alterare a identităţii mele adevărate prin procesul terapeutic dar în acelaşi timp ştiam că de fapt nu mă putea vătăma. De la sublim ajungeam la ridicol.

Pentru că nu aveam o conştiinţă despre mine şi nu mă simţeam calmă atunci când experimentam aşa-zisul sublim dat de joaca, notarea şi observarea din timpul şedinţelor.

„Impresia este şi mai puternică atunci când lupta elementelor dezlănţuite se desfăşoară în realitate în faţa ochilor noştri: *de exemplu* […] *priveliştea mării pe care o vedem în depărtare zbuciumată de furtună*: *valuri înalte cât casa se ridică şi se prăbuşesc*; *ele lovesc cu furie falezele, ele împrăştie în sus, prin aer, spuma, furtuna urlă, marea mugeşte, fulgerele brăzdează norii grei*: *bubuitul tunetului domină urletul furtunii şi mugetul mării. Un*

martor îndrăzneţ al unui asemenea spectacol constată foarte limpede dubla natură a conştiinţei sale: *în timp ce el percepe ca individ, ca fenomen efemer al voinţei,* […] *are în acelaşi timp conştiinţa despre el însuşi în calitate de subiect care cunoaşte, etern şi calm*" (A. Schopenhauer în Lumea ca Voinţă şi Reprezentare, 1995, Iaşi, Editura Moldova, Vol I, Cartea a III-a, cap 39, p 220 – 221, citat în Eco, 2007, p 275)

Acest fragment nu doar că m-a făcut să mă simt ridicolă în faţa anumitor presupuse senzaţii sublime pe care le aveam. Mi-a şi declanşat o vină existenţială că nu eram capabilă să am starea de subiect calm care cunoaşte.

Pentru că mă războiam cu atenţia care îmi fugea în toate părţile. Eram în tensiune, voiam să stau cât mai mult concentrată şi nu îmi reuşea. Mă trezeam cu mintea în altă parte, într-o fantezie ce se contura pe marginea celor citite sau la ce altceva mai aveam de făcut, ori trează la ce se întâmpla în jur, la zgomote sau imagini.

Mă simţeam vinovată că nu îmi dezvoltasem atenţia la timp, în perioada şcolară. Voiam să recuperez golurile informaţionale pe care le aveam din cauza refuzului meu de a fi atentă şi învăţa. Observam cu obidă că absorbţia de informaţie nu mergea atât de repede pe cât m-aş fi aşteptat.

De ce mă revoltam în perioada şcolară? Am încercat să mă transpun în starea de atunci.

Respingeam îndemnurile către atenţie şi învăţare pentru că aveam impresia că mi se ştirbea libertatea. Eram ostilă faţă de educatori, colegi şi îngrijitori pentru că îi vedeam sărmani, blegi, blajini, plictisitori, lipsiţi de viaţă. Nu voiam să ajung ca ei. Dar mai era ceva.

Din copilăria mică mi se tot spusese că eram inteligentă şi trebuia să ajung o intelectuală. Numai că eu observam că nu aveam chemare către studiu şi redarea poeziilor. Îmi plăceau zbânţuiala, joaca şi meştereala. Era un chin să stau locului şi să fac beţişoare, bastonaşe şi mai apoi să scriu şi să citesc. Era îngrozitor de plictisitor, anost

şi dureros.

Însă înţelesesem că aşa îmi pot valorifica potenţialul. Era singura metodă prin care puteam obţine reuşita şi respectul intelectual. Care mi se prezenta a fi cel mai demn dintre toate. Deşi mie ţăranii cu gospodărie mare, teren şi animale, zugravii, meşterii, bucătarii mi se părea la fel de demni. Trudeau cu al lor corp dar şi cu capul.

Îmi era frică că n-o să-mi pot struni atenţia suficient de bine încât să mă fac un intelectual remarcat. Pentru că idealizam intelectualul. Nu-mi era niciodată frică de meştereală, gătit şi gospodărit. Acolo mă băgam cu tot avântul şi toată curiozitatea. Şi nu-mi fugea atenţia în alte părţi. Pentru că puteam face mai multe lucruri în acelaşi timp.

Reţinusem acest lucru şi îl aplicam în eseurile, referatele şi proiectele din facultate. Scriam ba la sfârşit, ba la început, ba la mijloc. Ţeseam mai multe bucăţi fără a le lega iniţial între ele şi apoi le rescriam în a le da un sens. Nu-mi făcea plăcere să o fac, trebuia să respect nişte paşi şi o autoritate. Nu mă puteam juca.

Mi se părea plictisitor şi rutinier. Mai era şi frica că puteam da greş datorită atenţiei mele deficitare, a gramaticii scârţâitoare şi a golurilor de informaţie cu care mă pricopsisem în ciclul primar, gimnazial şi în liceu. Dacă mă făceam de râs prin dovada neputinţei mele de a fi un subiect cunoscător şi temeinic în a conecta şi reda informaţia? Dacă nu aveam stofă de intelectual?

Deci atenţia mea proastă nu era dată doar revoltă. Ci şi o frică dată de idealizarea intelectualului. Cum mă scăpam de idealizare?

Am pus problema la terapie.

Eu nu sunt atentă pentru că idealizez chestiunea la care trebuie să fiu atentă. Ce face idealizarea? Ia uitaţi ce păţesc cu lectura mea.

Citesc pasajul şi povestesc ce am trăit pornind de la el. Mai puţin penibilul jocului meu de la terapie.

Idealizarea presupune suprainvestirea obiectului. E o

exigenţă sporită în dezacord cu potenţialul. Compensează frustrarea şi e o consecinţă a proiecţiei.

Mă gândesc că oamenii din artă au pornit de la tot felul de idealizări în a-şi desăvârşi arta. Iar eu vreau să cuprind cât mai mult şi nu pot!

Idealul netangibil este constatat şi acceptat ca netangibil.

— Nu! Îndrăzneţii se duc să vadă marea furioasă ca să simtă sublimul. Cum vedeţi sublimul?

Sublimul este intensitatea cea mai mare a trăirii frumosului, esteticului. E o emoţie intensă şi rafinată.

Nu eram neapărat de acord. Sublimi erau şi monştrii şi ororile, dar şi trăirea mea din viziune. Nu îmi părea ceva rafinat ci chiar simplu. Mă gândeam că şi netotul de contemplă măreţia soarelui simte ceva sublim numai că nu ştie că se cheamă sublim. Nu voiam să mă lansez în pologloghii despre emoţie, ştiam că entitatea făcea parte din divizia craniilor de lemn ale psihologiei prin emoţie. Aşa că mi-am văzut de scop, să aflu cum scap de idealizare.

Ziceţi că idealizarea porneşte de la proiecţie. Ce fac cu proiecţia?

Demontarea proiecţiei se face prin întrebările potrivite. Nu mai funcţionezi mecanic, automat, în proiecţie. Proiecţia e unul dintre cele mai uzitate mecanisme inconştiente. O formă adaptabilă a proiecţiei este empatia.

Păi şi dacă eu îmi fac proiecţie să-mi stăpânesc atenţia chiar dacă idealizez acest lucru?

Proiecţia prin idealizare poate fi şi pozitivă.

Negativă cum e?

Anxietatea, drobul de sare.

Aoleu, da! Când sunt singură mă ia angoasa cea mare că nu voi face nimic cu mine.

Să nu-ţi fie teamă de solitudine. Uite-te la căluşari, se retrag, renunţă la plăceri, îşi înfruntă pulsiunile, pentru ca apoi să revină în comunitate schimbaţi. Aduc schimbarea şi

în comunitate.

— Da, ştiu doar am făcut master în antropologie şi nu mi-am scris dizertaţia! Mi-e ciudă pe mine că încă îmi e frică să o scriu!

Lăsând deoparte furia îmi construiesc iertarea.

E imposibil! Sunt un samsar incapabil. Nu vedeţi ce fac? Nici măcar în a citi lucrurile care mă interesează nu pot fi atentă. Ştiu doar meştereli, combinaţii şi să-mi văd de chirii şi banii luaţi de la mama.

Nu poţi ierta pentru că depinzi.

Nu sunt de acord. Mama nu e bună la combinaţii cu chirii. Şi scot cât se poate de mult din ce am. Da, poate ar trebui să mă angajez, dar nu îmi vine. Poate o să îmi găsesc eu altceva prin care să nu mai depind. Da ce ziceţi cu iertarea aia? Cum scap eu de drobul de sare prin ea?

Iertarea înseamnă că îmi asum proiecţiile ce dau naştere la culpabilizări.

Păi lumea mă culpabilizează pentru ceea ce sunt. Mi se reproşează că de ce nu mă angajez. Iar eu reproşez că nu am fost crescută cum trebuie, astfel încât să îmi vină să mă angajez.

Reproşul e o faţetă a amalgamului.

Ştiu!

Eram furioasă. Ajunsesem iar la reproş. Îmi părea că nu avea nicio legătură cu metoda prin care aş fi putut scăpa de frică în a-mi scrie dizertaţia. Da, mă puteam departaja de reproşuri. Dă-le-n mă-sa! Dar de frica aceea vârtoasă de îmi făcea stomacul pungă numai când mă gândeam la dizertaţie nu mă puteam departaja. Aş fi fost în stare să îndur cele mai infecte şi josnice reproşuri, să mi le asum, doar pentru a scăpa de frică.

Poate de aceea şi înghiţeam discursul terapeutic în care nu mă regăseam. Poate-poate ca prin minune îmi dispărea frica. Inconştient îmi reprezentam că meritam şi reproş, meritam şi poveţe către lucruri în care nu mă recunoşteam pentru că aveam frică. Frica aceea îmi părea demnă de a fi prinsă şi aruncată ca o măsea stricată. Poate

aveam să o scot prin cleştele iertării şi iubirii.

Am tăcut câteva momente, mi-am înghiţit furia şi dezgustul. După care am făcut ce ştiam mai bine, am întrebat şi am notat.

Cum scap de amalgamul ăsta tâmpit?

Prin delimitare. Îţi delimitezi proiecţia de culpabilizare. Prin delimitarea reproşului de ceea ce se întâmplă de fapt poţi avea şi iertare. Delimitând lucrurile le înţelegi mai bine. De la înţelegere ajungi la iertare.

Mi se părea o flecăreală ameţită. Mie nu înţelegerea îmi lipsea, ci curajul, forţa de a-mi birui frica! Când iertam lumea din jur nu scăpam de frică. Degeaba îmi spuneam că dacă mă iert pentru frică ea va dispărea. Sau că dacă mă iert pentru neatenţie, atunci îmi va apărea atenţia. Eventual chiar cea post-voluntară.

Dar delimitarea era ceva bun, mai discutasem despre ea. Puteam măcar să îmi delimitez un subiect de cercetare pentru a mea dizertaţie.

După şedinţă am stat vreo oră şi mi-am făcut tot felul de scenarii în minte. Legate de viitoarea mea lucrare de dizertaţie. M-am tot gândit şi răzgândit la ceea ce era în jurul meu.

Aproape de terminarea masterului voiam să cercetez subiectul meşteşugarilor (geamgii, cizmari, opticieni, bijutieri, lăcătuşi) din Bucureşti. Participasem la cartografierea atelierelor meşteşugăreşti din centrul oraşului alături de colegii mei, sub egida unei cercetări desfăşurate de facultate. Era suficient materialul strâns. Pornind de la el puteam configura propriul subiect.

M-a luat frica. Perspectiva de a-mi susţine subiectul în faţa comisiei şi colegilor mă speria îngrozitor. Mă gândeam că nu mă voi putea ridica la nivelul aşteptărilor, că nu voi fi suficient de bună atât în structurare, cât şi în prezentare, că voi fi dezlânată, inadecvată şi bâlbâită.

Perfecţionismul mă lovea din plin, nu îl puteam gestiona, îmi provoca un nod în gât şi unul în stomac, îmi simţeam umerii grei şi gâtul încordat.

Dar am zis că poate nu îmi place subiectul. Drept e că mi se păruse plictisitoare cartografierea meşteşugarilor. Eu voiam ceva intens, care produce controverse, vâlvă şi rumoare. Nu întristare, că vezi doamne meşteşugarii sunt o frumoasă specie pe cale de dispariţie.

Se apropiau sărbătorile de iarnă. Parcă mai rău ca niciodată erau promovate pelerinajele şi donaţiile pentru biserică. Mă gândeam că aş putea încerca o explorare a turismului religios şi a daniilor contemporane. Sigur ar fi ieşit ceva strigător la cer, ce ar fi contrazis lăudata smerenie ortodoxă. M-ar fi şi amuzat.

În cinstea subiectului mai plec câteva zile la Berlin.

Mă întorc şi fac greşeala să aduc subiectul în cadrul terapeutic.

Bine, poate o făceam inconştient întru a pedepsi agentul terapeutic. În a-i verifica rezistenţa şi capacitatea de a se detaşa de propriile valori. Ştiam că aveam de-a face cu o persoană religioasă. Îi scăpase de câteva ori cum ţine post şi se duce la biserică.

Evident că tentativa mea de subiect nu a fost luată în serios şi nici încurajată. Sau poate doar eu am perceput-o aşa pentru că oricum îmi era frică de muream.

Era 9.12.2011. Am început şedinţa în furie şi frică.

Voiam să fiu în stare să-mi încep lucrarea de dizertaţie pe toată dinamica religioidă din preajma sărbătorilor de iarnă. Mă înfuria că mă simţeam ineptă şi temătoare.

Din frică am şi uitat ce mă interesa, explorarea pelerinajelor şi donaţiilor. Poate şi din ciudă pe persoana de la terapie.

Am început să explic cum era promovate donaţiile pentru biserică şi pelerinajele în mass-media şi pe internet. Să povestesc cum la târgurile de Crăciun şi la banalele tarabe din pieţe şi din centrul oraşului se vindeau felurite obiecte religioase alături de globuri şi turtă dulce.

Religia şi credinţa sunt experienţe spirituale interioare ce nu ar trebui translate la nivel de bunuri de

consum. Mă enervează că se întâmplă aşa. Dar aş putea încerca să-mi fac dizertaţia pe dinamica aceasta a consumului religios.

Marketizarea religioasă există de când lumea.

— Da, însă înainte nu era societate de consum şi internet.

— *Ce te opreşte să te apuci de lucrare*?

— Frica! Dacă dau greş? Poate că ar fi bine să iau lucrările colegilor mei să mă inspir un pic.

— *Imitaţia e o formă de proiecţie*.

— Da, dar eu ce mă fac, că îmi e frică? Nu pot să-mi scriu lucrarea!

De unde îţi ia energia nu-ul? *Care sunt pârghiile care determină reactivitatea*?

Mă aruncase în groaza cea mare cu jargonul psihologic. Nu putea să îmi spună pur şi simplu că pot, să insiste că pot, să îmi dea zvâc? Poate revoltasem religiozitatea entitatea cu subiectul meu şi nu se mai raporta la mine ca la un om ci ca la o persoană care necesita asistenţă tehnică.

Din compulsie! Gonesc frica şi ea vine iar! Şi nu sunt sigură pe mine. Poate imit nesiguranţa din jur!

Care sunt pârghiile care determină imitaţia şi compulsia la repetiţie?

— Nu ştiu! Vreau să fac! Să am voinţă!

Fierbeam. Iar îmi venea să mă ridic şi să las dracului terapia. Mă stăpâneam magistral. Persoana de la terapie a găsit de cuviinţă să-mi adreseze un îndemn ce îmbina smerenia cu gramatica psihologică.

— *Poţi să pui în lucru liberul arbitru, să alegi să te departajezi de imitaţie şi negare*.

— Credeţi că imitaţia şi negarea odată observate sunt gata rezolvate? Eu sunt vai de capul meu cu atenţia şi vreţi să pot face delimitare de negare?!

— *Poţi să ajungi la structurare şi coerenţă, la o analiză coerentă a ta*.

— Pe naiba! Nu vedeţi că fac abuz din toate cele rele? Vreau să fac abuz din cele bune! Să deprind şi eu atenţia, să am curaj…

Benefică ar fi o abstinenţă de la abuz, adică de la trecerea dincolo de limita adaptabilă.

Aoleu doamne! Cum corelez eu structurarea şi coerenţa cu resursele mele?

Care sunt resursele tale?

Creativitatea şi spontaneitatea. Dar naiba să le ia. Că dacă nu am coerenţă sunt degeaba. Şi nu am. Fac proiecţie şi imitaţie, şi tot felul de alte tâmpenii. Nu am atenţie concentrată! Da, probabil ar trebui să iert, aşa din respect pentru părinţi. Am citit eu o frază „dragostea mea pentru tine m-a făcut să mă înţeleg mai bine”.

E o formă a proiecţiei adaptabile, un stadiu al înţelegerii umane.

Nu neapărat, e o dovadă de respect şi datorie. E de datoria mea să mă înţeleg mai bine din respect faţă de ai mei. Dar parcă nu pot!

Am început să-i fac „harcea-parcea” pe părinţi şi pe bunică, spunând că m-au condiţionat cum nu trebuie, că nu mi-au acordat suficientă înţelegere şi atenţie. Că au încercat să realizeze prin mine ceea ce ei nu au putut, fără a lua în considerarea înclinaţiile şi abilităţile mele.

Eram de neoprit.

Am început să povestesc cum din când în când îi mai reproşam mamei că nu a fost atentă la ceea ce îmi plăcea mie şi de aceea am respins mai tot ce mi-a propus.

Plus că nu avea răbdare să îmi explice de ce trebuie să fac ceea ce mi se propune. Mama considera de multe ori că a emite perspectiva unui trebuie este suficientă pentru a motiva. Pentru ea trebuie funcţionase întotdeauna!

„Eu ştiam că trebuie să fac şi făceam, nu-mi făceam atâtea gânduri şi probleme, îmi pare rău că nu te-am înţeles”.

Aşa îmi spunea când o întrebam de ce nu şi-a dat mai mult silinţa în a mă motiva să fac ceea ce considera ea,

tata sau bunica, a fi potrivit şi benefic pentru mine.

După ce îmi spunea aceasta, o apucau mustrările de conştiinţă. Începea să se vaite că nu a fost o mamă suficient de bună, că era prea axată pe profesie, că la fel a fost şi tata. Că de fapt nu au fost părinţii potriviţi pentru mine, că nu au avut suficientă răbdare în a mă face să realizez ce a bine pentru mine. Dar, mai ales în a face ceea ce e bine.

Astfel îi dădea apă la moară sadicului din mine, care îi continua argumentaţia şi îi spunea că da, nu a fost o mamă bună, eventual o lua şi la înjurături. Pentru ca apoi să ies din sadism, realizând că de fapt nu am ce să fac, că dacă o chinui pe mama, nu rezolv nimic, doar îmi vărs furia şi rămân în continuare o incompetentă şi o inadaptată care nu va ajunge niciunde.

Agentul terapeutic încerca să mai zică câte ceva.

Însă cu turuiam întruna, îi blocam orice încercare de a mă completa. Şi când am ajuns la partea cu inadaptata care va ajunge niciunde m-a luat panica cea mare. Chiar credeam că nu sunt suficient de bună şi nu am şanse să ajung undeva, îmi era frică de viitor.

A intervenit persoana de la terapie.

Respiră adânc, încearcă să fii coerentă cu tine. Ai capacitatea de a privi obiectiv.

O enormitate. Putea să îmi amintească de impulsul meu de a-mi scrie dizertaţia. Dar cum subiectul meu de cercetare îi punea probabil valorile la zid, evident că nu a putut să o facă. Agentul nu putea privi obiectiv şi mă îndemna pe mine la obiectivitate.

Iar eu m-am lăsat purtată de discurs şi am început bolnava joacă, în loc să insist cu dizertaţia. Din frică.

Ce face capacitatea asta de a privi obiectiv?

Te pune în relaţie cu tine.

— Da probabil ca individuaţia. Însă cum fac eu? Că nu mai pot!

— *Fii tu schimbarea pe care ţi-o doreşti*!

— Credeţi că funcţionează aşa? Ca sfaturile acelea

din revistele lucioase sau din Libertatea?

— *Poţi fi tu elementul dinamic care vrei să apară*.

— Poate.

M-am încrâncenat în sinea mea că sigur voi face eu cumva şi voi obţine lucruri. Încă îmi era frică de lucrare, dar îmi spuneam că dacă îmi antrenez atenţia prin cât mai mult citit o să înving şi frica.

După care m-am disociat reactiv. Am început să povestesc despre un om care şi-a pierdut vederea datorită unui şoc. Persoana din faţa mea purta ochelari, cu dioptrii mari chiar.

Am aflat despre *copilul care respinge să vadă, să accepte ceva*. Şi că *vizualul e poarta predominantă de cunoaştere a mediului după olfactiv*.

Poate că nu degeaba îmi miroseam eu mânuţa şi pe cei din jur. Puteam scoate mai multe informaţii.

— Ce mai face olfactivul?

— *Face sinestezie cu termicul pentru că e tot mucoasă*.

Vedeţi, ştiu eu ce ştiu cu mirositul.

Olfactivul are legătură cu explorarea plenară a copilului.

— Probabil şi la adulţi. Cum aţi vedea rolul mirosului în viaţa omului?

— *Stă la baza vieţii sexuale. E adaptativ*.

— Adică cum?

— *Are loc o complementaritate la nivel de enzimă cu celălalt. E parte a selecţiei naturale în a alege partenerul*.

Da, îmi vorbea din cărţi. Şi eu notam, deşi ştiam acele lucruri. Le experimentasem şi în concret. Eram îndrăgostită de mirosurile partenerilor mei.

Întreţineam o joacă bolnavă. Gratificam persoana pentru ale ei cunoştinţe prin notarea mea. În acel moment era doar o modalitate prin care mă disociam de furie.

Nu înţelegeam de ce nu eram îndemnată să îmi confrunt fricile şi eram invitată la la tot felul de analogii

tehnice precum proiecţia şi „pârghiile care determină”.

Dar mă simţeam şi specială. Aveam de-a face cu concepte şi jargon psihologic. Dorinţa mea de confirmare intelectuală era perfid satisfăcută.

Nu prea realizam acest lucru atunci. Noroc că am ţinut o cronică minuţioasă a majorităţii şedinţelor. Şi am putut vedea lucrurile şi din alt unghi.

După acea şedinţă m-am simţit cam frustrată şi mi-am văzut de lecturarea lui Eco şi lupta cu atenţia deficitară. Mă străduiam să citesc cât mai concentrat şi să reţin cât mai mult.

La o săptămână după acea dezolantă şedinţă am avut un vis. Din care am înţeles că puteam să îmi însuşesc, atenţia, ordinea şi disciplina.

16.12.2011

În somnul de la 11: 50 la 12: 45 am avut un vis interesant.

Se făcea că mă apucasem iar de meditaţii la germană cu aceiaşi Hilde. Stabilisem să vină să mă ia de acasă la ora două şi după cele două ore de meditaţii să mergem la Muşeteşti. Eu veneam acasă după o petrecere straşnică şi eram niţel mahmură. Drept urmare mă mişcam cam greu, aşa că a fost necesar ca Hilde să urce. Mi-a admirat casa renovată. Eu m-am îmbrăcat total aiurea: pantaloni muştar + ghete + rochie albastră de nuntă + pulover negru lung + blană + căciulă gri de blană.

Avea aceeaşi Dacia 1300 roşie din vremea copilăriei mele, păstrată într-o formă excelentă. Era ca nouă.

Am evidenţiat acest lucru.

— Nu-mi vine să cred, arată mai bine ca atunci când eram mică!

Ceva nu mergea bine aşa că Hilde a deschis capota. Şi eu am putut constata că motorul arată impecabil, nemţeşte.

O priveam cu alţi ochi faţă de cum o priveam atunci când eram mică. Am ajuns la concluzia că este de-a dreptul educată şi subtilă. A făcut o remarcă legată de ceva de pe

stradă, în directă legătură cu obiectul meu de activitate, spunându-mi că are o fostă elevă care se ocupă cu aşa ceva.

Îi venea foarte tare să facă pipi. Aşa că am oprit la Petromul de pe Lamoteşti, care se mutase cumva mai încolo (spre turnuri şi centrala termică.) Avea un amplasament mai mare cu centrul de servicii la subsol – toalete + casă de servicii + altele – erau semnalate printr-un sticker lipit deasupra scărilor. Aşa că am putut sesiza semnul pentru toaletă, semnalându-i-l lui Hilde.

Am ajuns pe strada Stupilor, acolo unde stătea Hilde înainte. După ce am hotărât că nu mai este vreme să mergem la Muşeteşti, aşa că vom face doar meditaţia în fostul ei apartament.

Unde stătea Angelica, fiica ei. Apartamentul era transformat, părea mult mai spaţios.

Adăpostea şi un cabinet stomatologic, condus de soţul Angelei. Pe jos era marmură, baia era mai mare. Transformaseră bucătăria în baie. Aveau şi un W.C. de serviciu în locul fostei băi. Camera Angelei era modificată, patul pornea din colţul peretelui cu geam şi avea formă rotundă.

Nu am putut intra în dormitor şi sufragerie, camerele unde-mi petreceam cea mai mare parte a timpului înainte, când stăteam la Hilde în după-amiezile de după ce terminam orele la şcoală.

Apoi visul s-a transformat, a venit o prietenă psihiatră şi am dat de un arhitect. Am uitat ce s-a mai întâmplat. M-am trezit.

Mi-am spus că visul îmi zice să fiu ordonată şi disciplinată. Asociam spiritul nemţesc cu aceste valori. Pe Hilde nu o mai văzusem de zece ani şi nici nu o visasem. Una din zicalele ei favorite era „Ordnung, liebe Ordnung”, adică ordinea, iubita ordine.

Acum aş spune că visul era şi o radiografiere a haosului meu cu terapia din acel moment.

Hilde venea să mă ia de acasă. Eu făceam terapie la

mine acasă, agentul terapeutic se deplasa la domiciliu. Nu aveam acces în camerele unde îmi petrecusem cea mai mare parte a timpului în copilărie. Aşa cum în cadrul şedinţelor de terapie nu aveam acces la linişte sau la tehnici prin care îmi puteam concentra atenţia. Hilde îmi dăduse mai mereu un sentiment de linişte şi se luptase din greu cu atenţia mea. Îmi făcea tot felul de joculeţe cu desene şi zicători întru a mă determina să învăţ cuvintele şi gramatica limbii germane.

Faptul că Hilde îmi admira casa era dorinţa mea de a fi gratificată de agentul terapeutic pentru realizarea renovării. Mai ales că o făcusem pornind de la o întrebare terapeutică ce fusese reiterată, cu câteva şedinţe înainte de vis fusesem întrebată ce lucruri din casa mea ţipau după atenţie.

Eram după o petrecere de pomină. De câteva ori întâmpinasem agentul terapeutic încă mahmură şi adormită după câte un chef. Odată eram atât de praf încât cu scuzele de rigoare am renunţat la a mai face şedinţa.

Eram îmbrăcată „total aiurea”. Primeam persoana de la terapie în hainele mele de casă sau în pijama. Prin casă aveam obiceiul să mă costumez aşa, mai fistichiu. Nu avea cine să mă judece. Mă amuza că agentul terapeutic mai făcea câteodată ochii mari la vederea veşmintelor mele sărite de pe fix. Mă mai jucam un pic, începeam să explic cum în casă îmi pot desfăşura fanteziile vestimentare în voie. Eventual mai povesteam despre cum mă jucam eu cu hainele mamei şi bunicii şi îmi făuream personaje, ce purtau costumaţii excentrice şi extravagante.

Dacia cea Roşie era probabil chiar felul meu de a fi, conturat încă din copilărie. Mă făceam că îl alterez cu ajutorul terapiei. Când de fapt eram ca înainte, foloseam în interacţiunea terapeutică joaca, dispreţul, aşteptările neconforme cu realitatea şi o puternică dorinţă de a fi apreciată şi gratificată de agentul terapeutic.

Mă aşteptam să par mai bine ca înainte deoarece făceam terapie.

Evident că acest lucru nu se întâmpla. În afară de renunţarea la bubă, bâţâială, la anxiolitice, somnifere şi marijuana nu se schimbase mai nimic. Beam peste măsură măcar o dată de săptămână, eram agresivă, eram perfecţionistă, mă jucam cu aşteptările persoanei de la terapie. Îmi era frică de toate, inclusiv de dizertaţie. Pentru că piesa centrală a puzzle-ului meu, compulsia şi frica, rămăsese nealterată.

Era simbolizată în vis de acel ceva de la motor care nu mergea.

Starea „nemţească" a motorului era rahatul pe care îl ascundeam sub preş prin terapie. Îmi ţineam frica şi compulsia la adăpost şi mă aşteptam să par nemţească adică aşa cum trebuie, în baza faptului că făceam terapie. Însuşi faptul de a face terapie îmi părea că îmi oferea un anumit statut, ce merită respectat. Era o iluzie. Exact ca şi un motor de Dacie 1300, maşină comunistă asamblată în pripă, care ar fi arătat nemţeşte.

Faptul că o priveam pe Hilde cu alţi ochi, era aşteptarea mea de a părea mai subtilă şi mai rafinată deoarece făceam terapie. Probabil pentru că în timpul şedinţelor mă stăpâneam de multe ori magistral în a nu agresa, înjura, ridica tonul sau emite judecăţi prea aspre. Chiar îmi dădeam strădania să fiu mai subtilă şi mai rafinată în cadrul şedinţelor. Era o altă trăsnaie haotică ce îmi punea beţe în roata transformării fricii şi compulsiei.

Remarca lui Hilde în directă legătură cu obiectul meu de activitate era aşteptarea mea de a mă angaja normal, cu carte de muncă, pentru a corespunde aşteptărilor celor din jurul meu. Nu să fac colaborări dubioase cu prieteni ce au firme de publicitate.

Era o mare gogomănie să vreau angajarea de dragul celor din jur. Te angajezi deoarece ai nevoie de bani şi/sau îţi doreşti. Nu pentru că ai impresia aşa se cade, iar persoana cu care faci terapie îţi întreţine deruta.

Că lui Hilde îi venea să facă pipi era probabil dorinţa mea de a renunţa la terapie pe care mi-o înăbuşeam foarte

tare. Voiam să trimit agentul terapeutic la plimbare, să se oprească mai încolo de mine, la persoane cărora li se potriveau toate acele tehnici la care eu eram rezistentă. Centrul de servicii pe care i-l semnalam lui Hilde era probabil ideaţia mea pe care nici nu o lăsam să se dezvolte.

Şi anume că înţelegeam că persoana de la terapie are nişte competenţe clare. Numai că în cazul meu nu dădeau roade. Voiam să-i semnalez competenţa limitată în cazuistica mea, numai că din frică o refulam, o băgam în subsolul inconştientului. Adică în centrul de servicii de la subsol din vis.

WC-ul din apartament ce luase locul bucătăriei era o grozăvie simbolică. Ce îmi semnala că terapia ajunsese să îmi favorizeze un soi de regresie. După episodul cu imaginaţia activă nu făceam decât să aduc în prim plan felurite jocuri bolnave. Care culminaseră cu alegerea unui subiect de dizertaţie care să contravină valorilor agentului terapeutic. Mă reîntorsesem la cele mai inepte jocuri psihologice.

Să îţi reprezinţi un W.C. mare în locul unei bucătării poate semnifica reîntoarcerea la acel impuls coprofagic pe care unii copii l-au experimentat la un moment dat.

În adâncul meu simţeam că mâncam rahat deoarece continuam o joacă bolnavă în loc să mă stăpânesc şi să aduc în prim plan lucrurile ce mă interesau, curajul, forţa, stăpânirea de sine.

Încercasem să îmi favorizez meşteşugul ţinerii de minte şi atenţia concentrată în cadrul terapeutic şi ajunsesem să mănânc şi mai mult rahat. Era baia din vis care ajunsese un simplu W.C.

Camera modificată, cu pat rotund aflat în colţul geamului era ceva ce nu-mi plăcea. Nu apreciez paturile aşezate lângă geam şi în formă rotundă. Exact cum nu apreciam poveţele către iertare, empatie şi emoţie pură ce îmi erau adresate la terapie.

Ele pot funcţiona pentru unii oameni, tot aşa cum

unii oameni preţuiesc un pat rotund aflat în colţul geamului.

La sfârşitul visului apărea şi sinteza situaţiei mele terapeutice din acel moment. Nu aveam acces în camerele din copilărie, aşa cum nu aveam acces la tehnici de favorizare a atenţiei concentrate şi la linişte în cadrul terapeutic.

Visul era binevoitor, la sfârşit se transforma. Venea prietena psihiatră. Adică o instanţă care să delimiteze patologica legătură pe care o aveam cu agentul terapeutic. Apoi dădeam de un arhitect, adică de spiritul meu doritor de acţiune, scăpam de frică şi făceam.

Nu am avut parte de nicio instanţă care să îmi arate haosul din terapie.

Am continuat bine-mersi. Eram tare însufleţită că o visasem pe Hilde. Îmi spuneam că visul chiar îmi dăduse un semn că pot fi ordonată, disciplinată şi atentă, deoarece Hilde îmi spusese acest lucru în copilărie de nenumărate ori.

Am întrebat-o pe mama dacă mai are numărul ei de telefon. Îl avea. Am sunat-o. S-a bucurat. M-am întâlnit mai întâi cu nepoata ei, apoi cu Hilde şi soţul ei. A fost minunat. Mi-am regăsit o parte a copilăriei. M-am simţit mai încrezătoare că îmi pot însuşi ordinea, disciplina şi atenţia. Deoarece am revăzut cum Hilde şi ei familie chiar erau ordonaţi, disciplinaţi şi atenţi. Iar eu îmi petrecusem o parte din copilărie cu ei. Deci fusesem expusă la un model bun. Aşa că aveam însuşită necesitatea ordinii şi disciplinei. Şi puteam fi şi atentă dacă mă străduiam mai mult.

De la vis la ordine şi disciplină.

Mai degrabă îmi găsisem un motiv care să îmi dea încredere să continui cu terapia şi cititul. În loc să îmi iau inima în dinţi şi să mă apuc de dizertaţie.

Dar, amintindu-mi cât de deficitare erau atenţia şi stăpânirea mea de sine în acea vreme, găsesc că a-mi fi scris lucrarea era o aspiraţie imposibil de realizat.

Chiar trebuia să fac nişte disciplină cu mine.

Şi am făcut, asistată de competenţa limitată a agentului terapeutic.

Am reuşit chiar să obţin din discursul terapeutic nişte informaţii care mi-au fost utile. Însă am înghiţit şi multe dejecţii.

Am citit visul. Am insistat pe Ordnung, Liebe Ordnung

E oare o tendinţă a ta de a hiperboliza lucrurile?

Poate. Ce credeţi că ar fi bine?

Uite, poate visul e o invitaţie la alchimizare, la măsură.

Adică?

Stare de prezenţă, auto-observare, contemplare, observarea celorlalţi. Mă săturasem de acele leacuri universale.

Sigur, sunt lucruri bune, dar eu vreau un mecanism de funcţionare optimă. Să fie integrativ.

În ce sens?

Să nu îmi mai fie frică, să am forţă, curaj, să fac ordine şi disciplină cu mine.

Cumva vrei să îţi însuşeşti un comportament masculin?

Mă simţeam prost, nu înţelegeam de ce asocia acele lucruri cu bărbăţia. După mine erau universale.

Nu neapărat. Poate că deja îl am şi trebuie să îl educ.

Poţi face *un circuit al stărilor neautentice*. Şi să vezi dacă îţi e specific sau nu. Şi ce compensează

Era o invitaţie tâmpită. Dar m-am jucat puţin. Am dus lucrurile la extrem. Am scris în agendă aşa: *comportament masculin à stare de disconfort à compensare prin măscărici* à *pentru a compensa demonstrativitatea ajung la victimizare* à *ceilalţi nu acceptă victimizarea à autism à negarea celorlalţi*.

Îi arăt cu năduf.

Sancţionam inepţia ce mi se spusese. Agentul se

sesizează şi mi-o aruncă subtil.

— *Totuşi sunt priviri cu suficientă restrictivitate. Mintea operează cu doi trei factori. Nu avem capacitatea de a privi sistemic, de a lucra cu mai mulţi parametri simultan. Geniile pot lucra cu 4 – 5 parametri simultan.*

— Păi şi cum ajung eu să îi integrez măcar pe ăia doi-trei în atenţia mea conştientă?

— *Corelaţia între maxim 2 – 3 lucruri, acum, nu la următorul moment. Acum ca şi putere de cuprindere la timpul t.*

Bătea câmpii mai rău ca schema mea extremă.

A integra înseamnă în primul rând a fi atent şi prezent, însăşi atenţia e integrativă. Puterea de cuprindere e puterea integrativă a individului.

Am schimbat cursul discuţiei. Mi-am amintit de testul proiectiv pe care ni-l făcuse profesorul de sociologie în practică.

Mă gândeam că pot introduce un nou element, apariţia pe drum a unui om, ce ar putea releva orizontul aşteptărilor pozitive sau negative de la momentul efectuării testului. Căci urma o invitaţie la a-l descrie pe acel om, dacă este bun, dacă este rău, dacă este prietenos, fricos şi aşa mai departe.

Am întrebat agentul ce părere are. Mi-a spus că ar trebui să mă preocupe propria persoană şi nu testarea celorlalţi.

Nu şi-a pus problema că poate îmi proiectasem propriile mele aşteptări în test. Iar eu mi-am văzut de joacă.

Am rugat să mi se dea câteva lămuriri despre interpretarea desenului unei case.

Am reuşit să aflu că *ferestrele înseamnă comunicare, uşa e deschiderea către lume, poteca e deschiderea către ceilalţi. Cu cât e mai largă cu atât e mai mare. Lipsa acoperişului înseamnă un fie un om cu deficit raţional, fie lipsă de încredere. Casa poate fi o analogie cu omul, acoperişul e capul, ferestrele sunt ochii, uşa este gura. La*

băieţi hornul este mare, falic, la fete este mic.

Nu eram mulţumită dar mai mult nici că am putut să scot.

Eu cred că aş desena un coş enorm la casa mea.

E, hai că ştiu că îţi place să exagerezi.

O fac pentru ca lumea să mă accepte aşa.

Acceptanţa poate lua o formă adaptabilă. Cum e optimismul. Sau să ştiu că şi eu şi tu avem defecte şi le acceptăm.

— Şi ajungem la altruismul pur?

Acela e *înspre compensarea propriilor defecte*.

Ei, cum aşa, nu-mi vine să cred!

Dacă absolutizăm e necesar să acceptăm şi extrema cealaltă.

— Deci altruismul spune că lipsa de egoism nu există. Şi cu dăruirea cum rămâne?

Dăruirea are momente de altruism pur. Tinde către ele, pentru că e necondiţionată.

Avea un fix cu dăruirea şi spiritul necondiţionat. Probabil pentru că nu se putea stăpâni pe sine. Din limita nestăpânirii îşi făcuse calitatea dăruirii necondiţionate. De aceea nici nu-i plăcea de altruism, căci era parte a unei doctrine morale. Se baza pe nişte reguli şi pe o disciplinare a dispoziţiilor sufleteşti. Le educa să acţioneze dezinteresat, moral.

După mine un psiholog trebuia să fie altruist. Eram dezamăgită. M-am făcut să uit de dezamăgire continuându-mi joaca.

Şi cu reciprocitatea cum rămâne?

Dacă nu facem uz de reciprocitate nu reuşim să avem continuitate cu noi înşine.

— Ce părere aveţi despre reciprocitatea egocentrică necondiţionată?

Egocentrismul nu are deschidere către condiţionare. În schimb condiţionează.

Da, e ce fac eu prin demonstrativitatea mea. Vreau să

îi condiţionez pe cei din jur.

Demonstrativitatea şi închiderea sunt complementare.

— Dar eu nu sunt închisă, sunt doar dinamică.

Dinamismul este complementar cu tensiunea.

Bun şi ce fac eu pentru a-mi delimita dinamismul? Cum îi fac o operaţionalizare funcţională a dinamismului?

Băgasem nişte expresii bombastice ca să-i dau cu tifla. Am primit un răspuns pe măsură.

Dinamismul este integrat în emoţional şi acţional.

M-am văcărit că nu sunt în stare să fac ce e bine cu dinamismul meu şi am încheiat porţia de joacă de-a terapia pe ziua respectivă.

Am mai citit nişte Eco, am terminat volumul alocat Istoriei Urâtului. Şi am revenit cu forţe proaspete la următoarea şedinţă.

M-am plâns din toţi rărunchii cum că nu ştiu să îmi reprezint dinamismul astfel încât să fiu cum se cuvine.

Reclamam lipsa unor modele la care să mă raportez în a-mi operaţionaliza potrivit dinamismul.

A început să îmi vorbească despre tipurile de personalitate conturate de Taibi Kahler, un psiholog american.

Prezentarea celor şase tipuri de personalitate a durat mai toată şedinţa. Doar le-am notat fără alte lămuriri suplimentare. Îmi păreau a fi fost tributare unei psihologii populare, de masă. Nu le-am căutat atunci pe internet.

Dar am făcut-o acum. Am găsit mare parte a informaţiilor ce mi s-au transmis la acea şedinţă pe un site destinat părinţilor18 şi pe un site alocat dezvoltării în carieră 19.

Rebel. Se bazează pe intuiţie, e spontan, creativ şi jucăuş. Îi place să experimenteze, caută medii care să îl stimuleze – cu precădere la nivel de simţuri, îi place să interacţioneze cu oamenii, trăieşte în prezent. Are un spirit ludic pronunţat, nu îi plac condiţionările şi directivitatea.

Dacă critica îi este prezentată în glumă se poate raporta benefic la ea. Stilul lui de lucru merge de la sine, e non-directiv, se poate înverşuna în reprezentări de tipul „vă arăt eu vouă” şi poate fi manipulativ cerându-le celorlalţi să facă lucruri pentru el. Caută interacţiune, intensitate şi distracţie.

Visător. E introspectiv, împăcat cu sine şi simte nevoia de solitudine. Reflectează, e imaginativ, reflexiv şi calm. Are nevoie de timp pentru el însuşi şi spaţiul lui propriu. E stimulat de acţiunile celorlalţi şi are nevoie să i se spună exact ce trebuie să facă, e un bun executant. Are excelente abilităţi de lucru manual. Se poate retrage şi simţi nepotrivit dacă nu i se prezintă suficient de in detaliu modul de a executa sarcina şi importanţa ei.

Empatic. Este sensibil, simte, priveşte lucrurile şi oamenii prin sentimentele pe care le are faţă de ele. Îi face plăcere să îngrijească şi să ofere sprijin. Caută armonia. Simte nevoia să primească complimente, se împopoţonează, vrea legături emoţionale puternice în care ceilalţi să sublinieze calitatea legăturii emoţionale pe care o au cu el. Se hrăneşte din emoţii, îi place să le facă celorlalţi pe plac şi se simte respins de cei cu un simţ pragmatic sau critic prea dezvoltat. Tinde către victimizare şi se simte nedorit atunci când nu are reasigurarea emoţională.

18 http://www.părinţi.com/Tipuridepersonalitatesiameliorareacomunicăriiintrenoisicopiiinostri-articol-738.html (accesat la 22.06.2016)

http://www.cariereonline.ro/articol/cum-sa-i-vorbesti-fiecaruia-pe-limbalui (accesat la 22.06.2016)

Perseverent. Interpretează lumea prin prisma valorilor sale, judecă oamenii şi lucrurile în funcţie de opiniile sale. Este un tradiţionalist, e dedicat, atent şi conştiincios. Percepe şi interpretează situaţiile cu claritate E perfecţionist, simte nevoia de a controla mediul şi oamenii pornind de la ideea că lucrurile trebuie să fie cum

se cuvine, adică conforme cu judecata lui. Îi place să muncească şi să îi fie recunoscută munca, e frustrat de oamenii care nu îi împărtăşesc credinţele sau sunt delăsători. Îi place să ducă lucrurile la bun sfârşit.

Promotorul. Este orientat pe acţiune, îl caracterizează iniţiativa şi vrea să facă lucruri interesante şi spectaculoase. Caută intensitatea, se adaptează rapid mai în orice mediu şi e ferm şi convingător. Se aşteaptă ca ceilalţi să se descurce singuri, nu susţine adecvat oamenii, încalcă sau strică regulile şi e manipulativ. Îi place directivitatea, atât să o primească, cât şi să o adreseze. Dacă e corect motivat poate acţiona şi simula pozitiv şi constant.

Workaholic. E logic, responsabil şi organizat. Îi place să gândească, preţuieşte informaţia şi faptele, îşi urmăreşte cu mare conştiinciozitate scopurile şi vrea să lase în urma lui realizări. Îi place să îşi structureze timpul şi să aibă termene limită, caută motive, planuri, claritate şi informaţii. E perfecţionist faţă de sine însuşi şi deleagă mai greu responsabilitatea către ceilalţi. Tinde să supra-controleze şi să fie critic. Se îndoieşte adesea de abilitatea celorlalţi de a gândi logic. Are nevoie să îi fie împărtăşită convingerea că munca serveşte unui scop important sau moral.

rebel.

Refăcând informaţia primită atunci mi-am amintit că m-am cam înciudat. Mi se spusese că am structură de

Eu voiam trăsăturile din workaholic, promotor şi perseverent.

Mă tensionasem la gândul că nu fac parte din mine, că nu mă pot structura, că nu sunt suficient de logică, de organizată, de fermă.

Dar venea Crăciunul. Am petrecut cum ştiam eu mai bine. După masa în familie şi mai multe mese cu prietenii, am ieşit în oraş să fac mare carnaval bahic.

Îndoiala faţă de propria persoană mă bântuia cu toate încercările mele de a o stârpi prin diferite excese. În

noaptea dinspre a doua zi spre a treia zi de Crăciun am scris în agendă:

27.12.2011 ora 05: *01*

„Dacă nu primeşti o palmă după ceafă din punct de vedere raţional nu ai cum să sesizezi afectivul”.

În euforia mea bahică voiam o trezire la realitate. Să realizez că mă complăceam într-o joacă tălâmbă cu terapia. Şi că nu puteam să-i pun capăt deoarece era prea ataşată de schemele bolnave pe care le făceam şedinţă de şedinţă.

Şi să văd chestiunea obiectiv, în stare de trezie, era de nesuportat. Mă lua nodul în stomac. Dezvoltasem o dependenţă faţă de patologia terapiei mele. Nu mă simţeam în stare să renunţ.

Mă consolam că voi ordona şi disciplina pe cont propriu. Mai ales că până la sfârşitul lui ianuarie persoana de la terapie îmi spusese că avem „vacanţă terapeutică”.

Revelionul îl făceam la munte cu mai mulţi prieteni. Am luat Istoria Frumuseţii cu mine. M-am forţat să mă departajez de grup şi să lecturez în solitudinea camerei mele.

Nu îmi era deloc uşor, îmi tot venea să mă duc la ceilalţi şi să socializez. Dar mă stăpâneam. Chiar voiam să-mi extind perioada de menţinere a atenţiei şi câmpul cunoaşterii.

Observasem pilotul meu automat întru socializare şi atenţie. Îmi induceam voit o stare de vinovăţie. Cum să rămână cartea necitită?

Cum să las socializarea să îmi consume motivaţa? Cum să mă preocupe doar atenţia imediată? Eu nu sunt în stare să experimentez solitudine contemplativă prin citit?

Chiar în prima zi a anului 2012 am petrecut câteva ore bune citind. Îmi spuneam că ce voi face în prima zi a anului voi ajunge să fac tot anul.

Ironia sorţii sau nu, am citit chiar despre Apollo şi Dionysos.

Apollo era cu măsura, ideea şi contemplaţia senină,

lipsa aroganţei. Dionysos era zeul haosului şi al neînfricatei încălcări a oricărei reguli. Ambii erau muze pe frontonul templului din Delfi. Nietzsche spunea în Naşterea Tragediei că Apollo era imaginea divină a *principium individualionis* (Eco, 2005, p 54 – 56).

Hopa! Ia uite de unde se inspirase Jung! Dacă voiam individuaţie trebuia îmi stăpânesc apolinic spiritul dionisiac. Să mă fac frumoasă prin bucuria înţelepciunii.

Dar cum să trec eu de la haos şi plăcere la ordine şi înţelepciune?

Am citit că *modelele trecutului, de regulă ale trecutului recent, sunt adesea considerate urâte sau hilare*: *şi asta pentru că schimbarea de sensibilitate poate avea loc doar prin opoziţii* (Eco, 2005, p 136).

Deci îmi puteam modifica sensibilitatea! Mă puteam antrena să fiu ca Apollo.

Ne antrenăm să vedem, aşa cum ne antrenăm să simţim (J.J. Rousseau în Noua Eloise, 1761, citată în Eco, 2005, p 237).

Să exersăm să privim după cum şi simţim, să judecăm Frumosul ca pe un mod de explorare, iar Binele ca pe un sentiment" (J.J. Rousseau în Noua Eloise, 1761, citată de Eco în Eco, 2005, p 237).

Le zicea bine Jean.

Era posibil să mă educ în a privi ordonat şi simţi înţelept. Să am acces la frumuseţea dată de ordine şi disciplină. Să fac judecată frumoasă din explorarea mea şi să îmi apară sentimentul de bine.

Voiam să am rigoarea atenţiei şi analizei. Dar şi descătuşarea de compulsiile haotice. Îmi identificam compulsiile şi excesele cu descrierea stilului baroc.

Acesta era frumos pentru că surprindea, uluia şi strivea prin excesele şi redundanţele lui.

Parcă era descris inclusiv modul meu de a interacţiona cu terapia. Încercam să surprind prin inteligenţă, să uluiesc prin cărţile pe care le citeam. Apoi să strivesc prin exces de îndoială şi repetitivitatea

întrebărilor, jocurilor şi scrierii în agendă.

Poate că şi bâţâiala mea fusese barocă.

Am aflat că secolul XVIII propagarea curentului raţionalist a determinat ca frumuseţea barocă să devină absurdă şi artificială.

M-a lovit. Mă simţeam cam absurdă şi artificială cu excesele mele.

Îmi doream să mă descătuşez de excese, redundanţe, absurditate şi artificialitate şi să îmbrăţişez rigoarea.

Nu pentru a le face pe veci plecate. Ci pentru a le putea stăpâni după bunul meu plac.

Puteam încerca să fiu asemenea unei grădini englezeşti – „nu încântă prin exces, ci printr-o armonioasă compoziţie a decorului” (Eco, 2005, p 242).

Dar bag şi câteva oaze de baroc în ea.

Mă făceam grădină englezească prin bun-simţ, educarea atenţiei şi delimitarea calităţilor mele. Însă nu aveam cum să mă disociez pe de-a-ntregul de pofta mea dionisiacă şi barocă. Puteam să mă dezbar de reactivitate şi prejudecata că mă pot realiza doar prin aprecierea celorlalţi.

Voiam să fac scepticism pozitiv ca David Hume.

Adică să cunosc şi să reflect asupra subiectivităţii mele şi să o pun în relaţie cu a celorlalţi.

Frumuseţea nu este o calitate a lucrurilor în sine, ea există doar în mintea celui care le priveşte şi fiecare minte percepe un alt fel de Frumuseţe. Se poate chiar întâmpla să aibă cineva senzaţia de Urât acolo unde un altul trăieşte Frumosul; fiecare trebuie să se poată mulţumi cu propria trăire, fără a avea pretenţia de a ajusta trăirea celorlalţi” (D. Hume, Eseuri morale, politice şi literare XXIII, cca. 1745, citat în Eco, 2005, p 247).

Care socoteam că era frumuseţea mea?

Că îmi doream să pot! Ce? Să am atenţie bună, concentrare, bun-simţ, determinare, ordine şi disciplină. Dar de ce? Ca să mă fac o grădină barocă cu influenţe englezeşti.

Să dau o formă umană, utilă şi frumoasă haosului din mine. Cum e de exemplu să scriu această carte.

Atunci nici prin cap nu îmi trecea că aş fi putut face aşa ceva.

După ce am tatonat cu scepticismul lui Hume am dat peste catharsis. Mi-a atras atenţia că era purificare.

În Poetica sa, Aristotel explică modul în care tragedia, în reprezentarea unor evenimente cutremurătoare trebuie să stârnească în sufletul spectatorului milă şi frică. Accentul, totuşi, este pus pe procesul de purificare (catharsis) prin care spectatorul se eliberează de acele pasiuni care în sine nu provoacă nicio plăcere (Eco, 2005, p 281).

În psihanaliză catharsis-ul e conceput drept efectul terapeutic obţinut prin descărcarea unei trăiri refulate. Mi-aş fi dorit să fac catharsis de îndată ce am citit despre el. Numai că încă eram în vacanţă terapeutică.

Aşa că m-am rezumat la a-mi educa atenţia concentrată. Am terminat Istoria Frumuseţii. Apoi m-am apucat de Oscar Wilde cu Portretul lui Dorian Grey. Şi m-am rezumat la a menţiona în şedinţa terapeutică ideile de acolo. Care oricum mi-au fost demontate.

Nu am avut vreun moment de catharsis în toţi cei şase ani de terapie. Deşi ajunsesem să scriu o carte despre întregul meu proces de transformare şi aranjare personală iscat de terapie.

Însă am favorizat apariţia unui astfel de moment de îndată ce am rescris pasajul lui Eco notat în ceaslov în 2012.

Fac catharsis la terapie în 2015.

Redam această dinamică mea de la început de 2012 într-un mod mai blând, care să fie pe placul agentului terapeutic.

Adică pomeneam cât se poate de subtil despre jocul bolnav şi susţineam că în 2012 „nu aveam pregătirea interioară necesară posibilităţii unui moment de catharsis”. Era cam ce ar fi spus însăşi persoana de la

terapie. Îi redam discursul cu mare emfază. Poate de aceea şi-a dorit să fie co-autor la scrierea mea.

Eram încă sub vraja competenţei limitate a agentului.

Norocul meu că am avut tăria să nu mai fac terapie. Apoi agentul şi-a dat arama pe faţă, mi-a cerut drepturi de autor. Aşa m-am trezit la realitate şi am rescris întreaga carte.

Dar pe 14 decembrie 2015 încă nu mă trezisem. Scriam ca apucata în stilul persoanei cu care făceam terapie şi voiam să fac catharsis.

Şi mai băgam şi terapie, o şedinţă de două ore în fiecare săptămână.

Dacă tot aveam la dispoziţie cadrul hai să-i dau o încercare catharsis-ului.

Mai ales că citisem despre veleităţile20 psihanalitice ale acestuia cu câteva momente înainte să vină agentul. E dimineaţa zilei de 14 decembrie 2015. Nemesis-ul format în psihologie se prezintă la datorie, la muncă.

Se pare că nu există nicio lămurire temeinică a uzului catharsis-ului în psihanaliză şi psihologie. Prin urmare, acest lucru nu permite o definiţie clară a utilizării sale în termeni terapeutici, https://en.wikipedia.org/wiki/Catharsis (accesat la 23.06.2016)

Adică la mine acasă, să mă asiste două ore şi să-şi ia banii. Pornesc o fanfaronadă.

Argumentez că mă aflu într-o perioadă de stabilizare a tot ceea ce am dobândit prin lucrul cu mine prilejuit de dinamica terapeutică.

Subliniez că m-am oprit să mai scriu în agendă în timpul şedinţelor pe la sfârşitul lunii mai 2015. Insist cum am considerat că etapa de înmagazinare s-a încheiat.

Mă bat cu pumnul în piept despre cum reluarea întregul proces terapeutic cu ocazia acestei scrieri îmi sporeşte nivelul auto-reflexiv.

Întăresc că mi se conturează acea auto-reflexivitate post-voluntară şi nivelul atenţiei mele a devenit constant atât asupra exteriorului cât şi asupra interiorului meu.

Apreciez că încetarea scrierii în agendă m-a făcut să intru într-o perioadă contemplativă.

Literalmente mă fălesc cum m-am concentrat mai mult pe auto-evaluare, atenţia mea s-a stabilizat iar mecanismele dezadaptative s-au cam dizolvat, nu mă mai acaparează.

Mulţumesc pentru ajutorul ce mi-a fost oferit.

Umflu orgoliul agentului cât pot de mult. Îi vorbesc în propriile-i cuvinte.

Spun cum sunt conştientă că jocurile de putere şi control, abuzurile şi excesele îmi dăunau. Mă plâng că tot le mai lăsam libere din când în când.

Pentru că intensitatea pe care o resimţeam în urma punerii lor în act era singura intensitate ce îmi era la îndemână.

Povestesc despre capitolul Depăşirea de limită. Evident că nu suflu o iotă despre dispreţul şi frica care mă scoteau din minţi. Pentru că nici nu scrisesem despre ele. Le ţineam masochist în mine.

Spun doar că am devenit şi mai conştientă cum jocurile de putere şi control chiar nu îmi aduc nimic bun. Şi treptat-treptat nu le-am mai pus în act.

E apogeul sarcasmului şi cinismului.

Simt că de fapt nu am făcut nimic, îmi bat joc de mine, de banii şi timpul meu. Dar continui. Cu scrierea. Cu terapia. Cu redarea discursului terapeutic.

Povestesc cum mi s-a stabilizat puternic conştiinţa morală atunci când am lucrat la scrierea despre inferioritatea mea morală din capitolul Nostalgie şi reverie.

Zic că acea conştiinţă mă face să mă detaşez de jocuri. Fals. Mă face doar să am o atenţie concentrată încât să scriu 10 – 20 de pagini pe zi.

Fără pic de critică. Sau măcar un strop de scepticism pozitiv. Să explic diplomat cum eram influenţată, ce era al meu şi ce era al agentului.

Dar nu. M-am lăsat influenţată ca o fraieră. Mi-am

asumat cuvânt cu cuvânt competenţa limitată a persoanei de la terapie. M-am păcălit că prescripţiile de primenire şi stare de prezenţă sunt baza conştiinţei mele morale.

Care mă determină să scriu cât mai mult, să nu mai pierd nopţi, să nu mai fiu dionisiacă. Doar – doar să termin odată şi cu terapia şi cu cartea. Să le găsesc un sens.

Evident că luând asupra mea ceva ce nu era al meu, ba mai mult şi dispreţuiam, mă simţeam ca dracu'. Nu mai aveam energie şi zvâc în mine.

La şedinţe vorbeam doar pe placul agentului. Flatam. Nu mai chestionam cu suflet critic.

Explicam că sunt într-o perioadă contemplativă în care am impresia că trăiesc şi simt aşa cam difuz. Ziceam că starea de prezenţă există, atenţia există, conştiinţa a ceea ce am asimilat şi adaptat există. Şi mă întrebam retoric unde era intensitatea mea.

Agentul îmi spunea că mă aflu în „starea de cocon", că aşez ce am acumulat, mă obişnuiesc cu noile deprinderi. Că a observat la mine un nivel adecvat de implicare.

Îmbrăţişam perspectiva şi flatam. Fără pic de discernământ.

Îi continuam argumentaţia stării de cocon. Spuneam că majoritatea lucrurile potrivite pe care le-am tot acumulat de-a lungul terapiei au devenit parte integrată a existenţei mele. Însă nu le resimt în totalitate ca satisfăcătoare şi intense, le resimt plăcute la un nivel difuz. Ele se pregătesc să devină pe deplin satisfăcătoare, iar altele se pregătesc să irumpă, să iasă afară.

Da, a ieşit afară mai tot ce am dobândit mai mult de una singură. După ce am pus stop terapiei şi mi s-a cerut co-autoriatul.

Competenţa limitată m-a ajutat fără să vrea.

Chiar şi cu a-mi defini deriva existenţială drept stare de cocon.

Scriam ca apucata. Îmi dezvoltam anduranţa. Şi mă tot preocupa starea de cocon pe care o experimentam. Nu-mi dădea pace ideea că am pus intensitatea la hibernare.

Să revin.

După ce îi povestesc slugarnic agentului cum mi-am făcut eu conştiinţa morală din scrierea capitolului Nostalgie şi reverie mă ia tristeţea şi deznădejdea.

Explic tărăgănat că nu mai trăiesc intens în felul nepotrivit, prin excese, abuzuri, jocuri de putere şi control, dar intensitatea felurilor potrivite de a fi întârzie să apară.

Vio, dar eşti tristă. De ce?

Păi mă preocupă toată starea de cocon, nu mai trăiesc aşa intens ca înainte. Poate nu sunt în stare să trec dincolo de logica emoţională a dinţilor de fierăstrău.

Eu am observat implicarea ta din ultima vreme.

Sigur. Dar totuşi. Am fost expusă în copilărie la jocuri de putere şi control.

Bunica îmi spunea că vrea să moară atunci când nu eram cuminte, începea să plângă atunci când eu continuam să fac ce nu trebuie.

După ce încetam să mai fac trăsnaia îi trecea instant plânsul şi mă lua la dăscăleala cea mai atroce. Bunica funcţiona pe logica totul sau nimic. Ori erai perfect ori erai nedemn, lipsit de discernământ sau prost.

Bunica avea probabil o personalitate borderline. Am citit pe Wikipedia că tulburarea de personalitate tip borderline este definită şi ca tulburare a intensităţii emoţionale.

Am petrecut multă vreme cu bunica.

Poate de aceea ştiu să funcţionez emoţional doar în logica dinţilor de fierăstrău, ori am totul ori am nimic, ori am plăcerea ori am furia.

Intensitatea ştiu s-o experimentez doar în baza mecanismelor nepotrivite, iar acum că le-am pus de-o parte am rămas cu o emoţionalitate difuză. Însă ştiu că va veni momentul în care voi experimenta constant şi intensitatea unor trăiri potrivite.

Numai că nu ştiu cum să fac ca să-mi structurez emoţionalitatea potrivit, dat fiind că în copilărie nu am primit acea intensitate potrivită de la cei din familia mea.

Îţi poţi recondiţiona emoţionalitatea aici şi acum. Te pot ajuta. Spune-mi ce ai nevoie să îţi recadrezi. Ce cadru emoţional ţi-a lipsit în copilărie? Ce consideri că nu ai primit şi ai nevoie să primeşti acum?

Nu pot.

Tristeţea s-a intensificat major, îmi venea de-a dreptul să plâng.

Nu am primit susţinerea necondiţionată în copilărie. Nu mi s-a dat cadrul afectiv echilibrat, suficient şi necesar.

Îl poţi recadra acum.

Părinţii şi bunica îşi doreau să fac lucruri adecvate, utile mie şi celorlalţi. Dar nu aveau răbdarea necesară pentru a-mi explica utilitatea lucrurilor pe care îmi spuneau că e bine să le fac. Nu aveau răbdare să îmi răspundă la toate întrebările pe care le puneam. Nu să mă motivau atât raţional, cât şi afectiv. Îl băgau pe „trebuie”, pe „aşa e bine”, „aşa se cuvine”, „aşa e demn”, „aşa e respectabil”, fără să ia în considerare ce îmi place mie.

Ce aveai nevoie?

Mama îmi spunea uneori chiar că „în viaţă mai trebuie să faci şi lucruri care nu îţi plac”. Toate acestea aveau efectul invers. În loc să mă motiveze mă revoltam şi făceam lucrurile exact pe dos. Îi pedepseam că nu luau în seamă ce îmi plăcea mie, ce mi se părea mie potrivit. Doar încercau să mă determine să fac ce îşi doreau ei. Şi ce îşi doreau ei pentru mine nu era croit pe calapodul meu, pornea de la toate dorinţele lor nerealizate. Părea că ei îşi doresc pentru ei să fie mai demni, mai respectabili, mai cum se cuvine. Şi pentru că nu puteau le pun pe toate în cârca mea. Îmi amintesc că mama şi bunica chiar mi-au spus de câteva ori că îşi doresc ca eu să fiu tot ceea ce ele nu reuşeau să fie.

Îmi vine să plâng rău de tot când spun toate acestea. Nu fusesem înţeleasă şi ieşisem o stârpitură fricoasă.

Cred că faţa îmi este congestionată şi schimonosită.

Sunt alături de tine în travaliul tău.

Stau faţă în faţă cu persoana de la terapie. Îmi

întinde mâinile pe masă. Îmi face semn din priviri să îmi pun şi eu palmele peste mâinile ce mi-au fost întinse. Ezit. Îmi mai face un semn.

Sunt aici, te pot însoţi.

Îmi întind şi eu mâinile. Mi le cuprinde.

Gestul mă face să mă simt bine. Chiar pare să îmi fie alături. Parcă mă simt un pic mai încrezătoare. Îmi schimb un pic argumentaţia.

Poate nu era aşa de rău că părinţii îşi doreau ca eu să realizez ceea ce ei nu au făcut. Să ajung mai departe decât ei, să depăşesc condiţia lor. Mi-au insuflat un mecanism de a căuta mereu să fiu mai bună.

Fac o pauză. Mai am un pic şi plâng. Persoana de la terapie îmi cuprinde mâinile mai ferm. Revin.

Poate că aş fi făcut şi ceea ce îmi spuneau dacă îmi acordau şi sprijinul afectiv, dacă simţeam că efectiv sunt alături de mine în demersul meu, că îmi oferă căldură afectivă şi susţinere. Nu-mi amintesc că vreunul dintre ei să-mi fi spus vreodată în copilăria mică că pot atunci când spuneam că nu pot în chestiunile considerate demne – învăţat, stat cuminte, menţinerea atenţiei, menţinerea unei conduite politicoase şi potrivite. Îmi spuneau că trebuie sau că nu e voie. Oare de ce nu îmi dădeau încredere în mine, oare de ce nu erau alături de mine şi se aşteptau să fac repede şi bine şi din prima tot ce îmi solicitau?

Acum poţi să ai încredere în tine.

Mi-aş fi dorit să fie mai susţinători cu mine…

Mă afund într-un moment de tăcere, căci mă cuprinde o tristeţe resemnată. Îmi vine să plâng, nu mai am ce face. Agentul mă apucă cu mai multă putere de mâini.

Poţi, eu am încredere că poţi.

Credeţi că pot?

Am o voce jalnică şi lacrimi în ochi.

Poţi, eu ştiu că poţi să faci tot ceea ce îţi propui, vei reuşi pentru că poţi.

Nu pot!

Plâng de-a binelea. În barbă. Mi se face semn din mâini să îmi ridic privirea.

Uite-te la mine. Eu ştiu că poţi. Vei reuşi! Poţi!

Plâng cu sughiţuri. Dar simt că agentul are încredere că pot. Parcă mi se acordă o încredere enormă, fără un motiv anume. Cam asta mi-aş fi dorit să primesc în copilărie.

Chiar credeţi că pot?

Da, poţi. Ştiu şi am încredere în tine că poţi. Mă şterg la ochi. Trag adânc aer în piept.

Vă mulţumesc. Am avut un moment de catharsis. Aţi contribuit la a simţi că pot.

Am discutat momentul în amănunt. Concluzia a fost că mă simt mai bine, că în sfârşit starea de cocon şi-a arătat un rod, am reuşit să simt ceva foarte intens, copleşitor, din gama lucrurilor potrivite.

A fost bine, dar peste câteva zile mi-a revenit îndoiala de sine. Numai că îmi spuneam că pot. O simţisem.

Aveam să o rezolv eu într-un fel sau altul. Mi-am văzut de rescrierea parcursului terapeutic.

Tot aşa mai fără discernământ, imitând discursul terapeutic. Am făcut o caznă enormă. Poate şi truda acesta a fost un catharsis pentru compulsia mea.

Pe 13 februarie 2016 am avut un moment puternic de îndoială de sine. Scrisesem 400 de pagini. Nu terminasem şi nici nu simţeam că voi ajunge undeva.

Am abordat chestiunea la terapie. Tranşant. Am printat tot ce scrisesem. Am rugat agentul terapeutic să îmi citească scrierea. Şi să punem stop terapiei câteva săptămâni. Cu greu s-a înduplecat.

A citit. Am făcut o nouă şedinţă. A fost oribil. O voi povesti mai încolo. M-am învoit şi la un ultimatum. Să termin cartea până pe 24 martie.

Am făcut-o. Am mai scris 250 de pagini. Şi cu această ocazie m-am înţeles.

Persoana de la terapie nu găsea că era cazul să sistez demersul cu domnia sa. Deşi îi scrisesem negru pe alb că sunt bine. M-am mai învoit la o şedinţă.

A fost iar o oroare. Dar nu am avut tăria să opresc. M-am învoit să continui terapia. Am programat şedinţa pe 9 mai, după Paşte.

Cu două zile înainte de şedinţă, tot rescriind a treia oară cartea mi-am dat seama că e absolut inutil să mai fac vreo terapie.

Am pus piciorul în prag. Am sunat şi am anulat şedinţa programată, spunând că voi relua şedinţele când termin de rescris cartea.

Pe măsură ce rescriam îmi apăruse spiritul critic. Vedeam că pusesem pe un piedestal competenţa limitată a agentului terapeutic.

Îmi spuneam că e un bun prilej să rescriu. Mă reeduc în conformitate cu valorile mele şi nu ale agentului.

Acelaşi lucru încercam să îl fac şi în 2012. Şi nu eram deloc susţinută şi sprijinită de serenisima prezenţă a persoanei de la terapie.

Reeducare sentimentală eşuată.

13 ianuarie 2012

După ce am tatonat un pic cu a face scepticism pozitiv cu mine, apoi catharsis m-am lovit iar de sublim.

Parcă nici nu mai ştiam ce înseamnă. Deşi îl experimentasem de multe ori.

Pentru că începuse să mă roadă vina că nu eram educată şi civilizată. Ordonată, disciplinată şi în stăpânirea propriului câmp afectiv.

Îmi era frică şi proiectam frica într-o aşa-zisă neînţelegere a sublimului. Scriam aşa:

Sublimul e teama ancestrală educată şi raţionalizată, adică civilizată. În loc să ţi se facă părul măciucă atunci când auzi un tunet, ţi se pare sublim şi te înfiori. A te înfiora e tot un fel de păr măciucă. Frica se menţine dar dispare reprezentarea înfricoşătoare a obiectului fricii.

Îmi proiectam abstract voinţa de a mă educa şi civiliza.

Problematizam sublimul căci aveam impresia că nu reuşeam să-mi conştientizez şi exprim fluid nici măcar emoţiile de bază. Prescripţiile terapeutice aproape că îmi furaseră identitatea. Parcă nu mai ştiam cine eram.

Dorinţa mea de a mă face ordonată şi disciplinată îmi cam distorsionase amintirile.

Am uitat că în 2008, am vizitat un muzeu din Bruxelles. Unde am putut admira acest tablou:

Figura 5. Pieter Bruegel cel Bătrân – Căderea îngerilor rebeli (1562). Sursa: Wikipedia.

Imaginea acesta efectiv mi-a tăiat răsuflarea.

Vreme de vreo jumătate de oră i-am explorat fiecare detaliu. Îmi era frică de ce vedeam, mă fascina, îmi stârnea curiozitatea, admiraţia.

Totodată regăseam câteva imagini ale unor monştri pe care mi-i imaginasem în copilărie. Şi pe lângă toate acestea îmi plăcea pur şi simplu să mă uit la el.

Aveam fiori pe şira spinării.

Nu doar că uitasem că ştiam ce-i aia sublimul. Dar îmi spuneam că nu puteam accepta şi exprima emoţii simple precum iubirea, recunoştinţa, mila sau afecţiunea.

Îmi atrăsese atenţia că *sublimul poate fi văzut ca o formă de unificare a contrariilor. Schiller îl descrie ca având în componenţă două trăiri contradictorii, sentimentul suferinţei şi sentimentul desfătării* (Eco, 2005, p 297).

Mă dusesem cu gândul la individuaţie. Cum Jung o descria ca pe o albie a unirii contrariilor.

Aşa că mi-am spus că trebuie să mă educ cumva în a fi capabilă să trăiesc suferinţa şi desfătarea aşa cum trebuie. Şi să le şi exprim.

Era o ideaţie absurdă. Însă influenţa terapiei îşi pusese pecetea asupra mea. Chiar mă credeam incapabilă să am „emoţiile potrivite".

Probabil pentru că îmi lăsasem garda jos, în ideea de a asimila afectiv ordinea şi disciplina. Şi îmi spuneam că voi obţine ordinea şi disciplina exterioară, atenţia concentrată, dacă am un spectru emoţional aşa cum mi se prescria la terapie. Eventual să insist pe dăruire şi iubire necondiţionată.

Numai că simplul gând la aşa ceva mă umplea de obidă.

Cum ar fi spus agentul terapeutic, nu dispuneam de un tip de personalitate empatic. Am insistat pe asimilarea ordinii şi disciplinei prin lectură.

Am terminat Istoria Frumuseţii. Şi am început Oscar Wilde cu Dorian Grey. Mi-am notat nişte citate ca să le discut la terapie.

„Motivul pentru care ne place să îi credem pe alţii atât de buni este că ne este teamă de noi înşine" (Wilde, 2008, p 72). Speram să arăt cum îmi este mie frică de mine şi că nu voi ajunge niciunde.

„A fi bun înseamnă să fii în armonie cu tine însuţi" (Wilde, 2008, p 75). Nutream că voi reuşi să spun că pentru mine armonia însemna vigoarea, râvna, izbânda şi

descoperirea.

„Numai oamenilor superficiali le trebuie ani pentru a scăpa de o emoţie. Un om care este stăpân pe sine poate scăpa de o părere de rău la fel de uşor cum poate inventa o plăcere. Nu vreau să mă las pradă emoţiilor mele. Vreau să le folosesc, să mă bucur de ele şi să le domin” (Wilde, 2008, p 102). Voiam ca prin acest citat să îmi susţin credinţa că emoţiile pot fi stăpânite şi educate. Şi să mi se confirme că pot face acest lucru cu mine.

Vine şedinţa terapeutică. Mai mult de jumătate vorbesc vezi şi uscate, despre cum mi-am petrecut sărbătorile, că am fost alături de prieteni şi familie, că mi-a plăcut. Uitasem de Apollo, de Dionysos, de baroc, de grădina englezească, de scepticismul pozitiv, de catharsis.

Peroram platitudini.

Pentru că îmi era frică să zic ce voiam, să aflu ce-i de făcut în a-mi stăpâni emoţiile.

Până la urmă mi-am luat inima în dinţi şi am făcut-o. Am citit paragrafele din ceaslov. Am povestit puţin acţiunea cărţii. Mi s-a subliniat că nu e nevoie, agentul citise cartea.

Am insistat pe educarea emoţională.

Ce pot face eu să-mi educ şi stăpânesc emoţiile?

Nu se pune problema aşa. *Oferă ce ai nevoie*. *Vrei spontaneitate*? *Ofer-o*. *Vrei empatie*? *Ofer-o*.

Nu înţeleg. Eu vreau să îmi educ emoţiile! Să ajung la individuaţie! Să unesc suferinţa cu desfătarea!

Individualizarea înseamnă că faci parte din comunitate dar aduci un aport semnificativ prin individuaţie.

Parcă vorbeau un orb cu un mut. Am schimbat subiectul.

Dar despre carte, despre Dorian Grey, ce părere aveţi?

Prezintă staza plăcerii, a auto-consumării.

Iar îi dădea cu staza. Părea a fi factor explicativ

universal, un fel de particulă a lui Dumnezeu. I-am dat un pic de apă la moară, am făcut cu ou şi cu oţet vanitatea personajului principal.

După care am revenit la ce mă interesa.

Ce pot face pentru a-mi schimba forma nepotrivită de a simţi?

Fiecare are un timpul său, iar lucrurile apar la momentul potrivit, atunci când omul e pregătit. Forma nouă, pentru a fi potrivită, are nevoie de substanţă, informaţie şi energie. Acestea cresc şi se stabilizează prin trecerea timpului.

Să zicem că eu vreau să dau o formă mai bună curiozităţii şi dinamismului meu.

Te poţi gândi cum corelează cele două, de unde îşi au sursele originare, ce implică, ce determină, ce aduc nou personalităţii şi de ce am nevoie să le dezvolt.

Nu se putea pune în pielea mea şi iar îmi vorbea din cărţi. Parcă nu înţelegea că dinamismul şi curiozitatea făceau parte din mine, nu era nevoie să le dezvolt, ci doar să le strunesc.

Pesemne voise să facă iar o intervenţie paradoxală. Cum mă mai invitase mai demult să îmi identific rezistenţele printr-o intervenţie paradoxală, ce supralicita sursa lor.

Încerca în zadar să se muleze pe structura mea excesivă. Îmi rămăsese să mă strunesc de una singură.

Voiam stăpânirea emoţiilor mele. Cum mare parte erau centrate pe plăcere m-am gândit să renunţ la fumat. Profesorul de kinetoterapie tot insista că ar fi fost bine să mă las de fumat.

Nu era deloc uşor. Mă motivam citind pe internet despre mecanismul dependenţei de nicotină şi reacţiile organismului la sistarea fumatului.

Timp de o săptămână redusesem cantitatea de ţigări la 2 – 3 pe zi. Până când am fost la un chef şi am fumat aproape un pachet de ţigări. A doua zi m-am simţit tare rău, simţeam un gust neplăcut de ţigară şi îmi venea să

vomit. Mi-am spus într-una că fumatul e scârbos, repulsiv şi îmi provoacă greaţa.

Nu am mai fumat.

Agentul terapeutic fuma. Nu a părut prea încântat faţă de rugămintea mea da a nu mai fuma în timpul şedinţelor. Mi-a vorbit despre cum era o recompensă compulsivă. Şi faptul de a i se pune o limită *implica corelaţia principiului plăcerii cu principiul realităţii*.

Nu eram de acord.

Era o simplă stăpânire de sine.

I-am povestit cum am renunţat. Când am pomenit de profesorul de kinetoterapie s-a activat un discurs aberant.

Când vrei să le faci plăcere celorlalţi de cele mai multe ori îţi reprimi nevoile reale şi obturezi coerenţa ta cu tine însuţi şi foarte uşor ajungi în postura de călău.

Nu înţeleg. Adică cum?

Uite aşa-zisa mamă hrănitoare care îşi terorizează familia şi copii prin reproşuri.

Avea probleme mari cu propria-i mamă persoana de la terapie.

Fusesem odată martora unei scene la telefon. Din câte înţelesesem femeia trebuia să meargă la un control medical şi voia să ştie dacă putea fi însoţită. Agentul terapeutic i-a explicat tare răţoit că e necesar să vorbească mai încolo. Era ceva inutil, nu se stăpânise de la jocul de-a călăul şi victima.

Mai vorbea la telefon în timpul şedinţelor. Mai dădea şi mesaje.

Mi se părea inacceptabil ca un psiholog să vorbească la telefon în timpul şedinţei cu clientul. Uneori îşi mai scotea şi pacheţelul cu mâncare şi începea să îngurgiteze de faţă cu mine.

Desigur că se scuza şi îmi cerea permisiunea de fiecare dată. Parcă mă forţa să accept. Din vină că oricum şedinţa se desfăşura la mine acasă nu comentam nimic.

Mă mulţumeam să contemplu în sinea mea dramele

meschine ale agentului. Mă bucuram că nu aveam astfel de scene cu mama. Mă simţeam mai bună ca agentul.

Am notat în agendă inepţia. Apoi mi-am văzut de ce voiam, stăpânirea emoţiilor.

Îmi spuneaţi de nevoile reale. Cum ajungi la ele?

Te exprimi, „am nevoie de…”. E simplu, natural, fără tensiuni, jocuri psihologice, somatizări, culpabilizări pentru a primi ce este dorit.

Şi emoţia cum o stăpâneşti?

— Exprimând emoţia apare afirmativitatea şi lipsa tensiunii care se converteşte în somatizare.

Fiecare ţinea cu dinţii de lumea proprie. Iar avea loc un dialog al unui orb cu un surd.

Agentul părea să prezinte o vagă fonfăială. Îşi suflase şi nasul. Mai şi tuşise un pic. Scosese şi o sticluţă cu tinctură de propolis din care luase câteva înghiţituri. După ce se dusese pe balcon să fumeze o ţigară.

Probabil avea o zi proastă.

Ştiţi acum că m-am lăsat de fumat, am o mare frică de răceală. Ştiu că poate ţip după atenţie, însă ipohondria mea îmi dă de furcă.

Eram conştientă că învăţasem să fac circ prin boală pentru a controla atenţia părinţilor. Mi-o spuseseră de mai multe ori chiar şi ei. Plus că nu fusesem vreodată grav bolnavă, nu fusesem internată niciodată în spital.

Te simţi răcită?

Nu, dar mă gândesc că aş putea fi.

Ce nevoie compensezi tu prin ipohondrie?

De atenţie.

Ipohondria poate fi o formă mascată de manifestare a compulsiei.

— Poate. Dar ce fac întru a scăpa de ea?

— Corpul absoarbe foarte multe conţinuturi inconştiente. Să îmi dau voie uşor-uşor să le accesez. Apare un beneficiu care permite recadrarea, repoziţionarea, revalorizarea.

Iar îmi spunea gogomănii.

Dar în capul meu se conturase ideea că trebuia să mă detaşez de a mai primi atenţie prin boală. Şi voiam beneficiile stăpânirii de sine. Să trec peste sentimentele întreţinute de primirea atenţiei. M-am apucat să citesc Logica sentimentelor de Theodule Ribot.

Aflu încă din prefaţă cum omul demonstrase înaintea psihanalizei că esenţa comportamentului uman este încă preponderent afectivă (Ribot, 2008, p 9).

De ce voiam eu stăpânire de sine? Ca să obţin forţa, curajul, reuşita şi succesul. Să scap de frică.

Citesc că Ribot punea problema eliberării omului de sub puterea malefică a lumilor inventate chiar de dânsul, în care se cuibăriseră uimirea şi frica (Ribot, 2008, p 18).

Voiam să îmi controlez eu invenţiile, să scot frica din ele, să nu mă mai las în voia lor.

Agentul terapeutic îmi tot sugera că era necesar să mă las în voia emoţiei. Aveam de-a face cu o ciocnire de sisteme valorice. Eu asociam succesul cu stăpânirea de sine şi acumularea de reuşite, iar agentul îl asocia cu dăruirea şi iubirea.

Din logica sentimentelor pricepusem un mare adevăr. Şi anume că *majoritatea disensiunilor dintre oameni nu provin din faptul că ei nu se înţeleg asupra semnificaţiilor cuvintelor, ci din sentimentele diferite pe care le ataşează acestora*.

Nu ştiam cum să argumentez că stăpânirea de sine e în afara emoţiei. Că se bazează pe concluzii derivate din fapte şi nu din sentimente. Pe analogii obiective, care includ şi exclud anumite fapte.

Eu îmi doream accesul la raţionamentul intelectual.

Raţionamentul intelectual are scopul cunoaşterii adevărului obiectiv, e analitic. El este o adaptare la fapte (Ribot, 2008, p 77).

Paradoxal, adevărul meu obiectiv era chiar realitatea emoţiilor. Căci aveam încredere în ele doar atunci când erau dublate de nişte fapte concrete.

Mă puteam folosi chiar de raţionamentul emoţional ca să ajung acolo. Să acumulez nişte stăpânire de sine şi să îmi transform năzuinţele.

Raţionamentul emoţional este o adaptare la credinţe, la dorinţe şi aversiuni (Ribot, 2008, p 78).

Logica sentimentelor nu caută decât mijloace de satisfacţie şi de succes, fără a lua în considerare dacă pistele pe care le urmează sunt contradictorii din punct de vedere raţional (Ribot, 2008, p 78).

Eu voiam să împac şi capra afectivă a persoanei de la terapie şi varza voinţei mele de putere. Era ceva contradictoriu.

Contrar, contradictoriu, sunt noţiuni intelectuale străine vieţii afective şi care îi sunt aplicate pe nedrept.

Le utilizăm în virtutea comodităţii gândirii noastre, care intelectualizează totul (Ribot, 2008, p 79).

Excepţional! Deci trebuia să am tăria de caracter în a-mi asuma afectul voinţei de putere. Dincolo de joacă şi manipulare. Să nu mă mai preocupe adevărul sau neadevărul sentimentelor şi să îmi văd calm şi sigur de acumulare.

Raiul pe care îl trăiam în nenumăratele mele fantezii mă avea ca figură centrală. Eram calmă, sigură pe mine şi stăpâneam situaţiile cu măiestrie. Mai şi acumulam obiecte şi stări cât mai diverse.

Spune-mi ce fel de rai visezi ca să-ţi spun cine eşti (Ribot, 2008, p 106)

Dar cum ajung eu la calm şi siguranţă? Cum convertesc eu lumea mea fricoasă în ceea ce îmi doresc?

Conversiunea reală cere o transformare radicală a instinctelor, tendinţelor şi obişnuinţelor, a felului de a simţi şi acţiona, o metamorfoză care să pătrundă în străfundurile individului, în sentimentele, în voinţa sa (Ribot, 2008, p 125).

Adică îmi stăpânesc instinctul de frică, îmi transform tendinţele hedoniste şi în lucruri înţelepte. Obişnuinţele compulsive le transform în urmărirea unor scopuri clare.

Iar frustrările mi le transform în acţiuni. Şi acţiunile sunt concentrate şi constante.

Întreb iar la terapie cum fac întru a mă stăpâni mai bine. Înghit o gargară anostă despre identificarea nevoilor şi satisfacerea lor. După care am impresia că primesc şi ceva bun.

„Obişnuinţa de a te controla corelează cu a pune stop non-reactiv, non-tensionat, de modulare”.

ea.

Era o abstracţiune de toată frumuseţea. Era suficient de vagă încât să îmi permită să proiectez ce voiam în

Modularea însemna stăpânirea şi adaptarea emoţiilor la contextul dat. Mă puteam detaşa de emoţie şi apoi o puteam modula.

Mai simplu spus, să fac educaţie sentimentală cu mine. Să mă antrenez cum să simt.

În Istoria Frumuseţii îmi atrăsese atenţia acel citat din Rousseau – „ne antrenăm să vedem aşa cum ne antrenăm să simţim”.

Venise aşadar momentul să citesc cele trei volume ale confesiunilor lui Rousseau moştenite de la bunica Arghiropol.

Depistez o atitudine similară cu a mea.

Teama chiar de a nu învăţa nimic mă împiedica să fiu atent; de frică să nu-l necăjesc pe cel care-mi vorbeşte, mă prefac că ascult; el merge înainte iar eu nu aud nimic. Spiritul meu vrea să-şi urmeze calea lui, nu poate să se supună celei a altuia. (Rousseau, 1969 a, p 155)

Mi se spunea că trebuie să fiu atentă ca să învăţ. Şi că pot. De cele mai multe ori nu aveam răbdare.

Nu-mi era frică că nu pot învăţa ci că nu voi fi capabilă să dovedesc că am învăţat. Pentru că nu reuşeam să-mi strunesc răbdarea.

Aveam impresia că orice aş face nu voi arăta niciodată suficient de bună.

Dacă tot nu aveam cum să fiu aşa cum credeau

ceilalţi că trebuie să fiu, nu mai bine făceam eu pe dos şi nu eram atentă?

Preţiozitatea lui Rousseau de a se preface atent îmi lipsea. Ba mai mult, mă prefăceam neatentă când de fapt eram atentă ca să-i pedepsesc pe cei din jur că se aşteaptă de la mine să fiu atentă. Şi nu aveam o conştiinţă clară a propriului spirit care vrea să-şi urmeze calea lui.

Mă mânau curiozitatea, reactivitatea şi dinamismul.

Când l-am citit pe Jung am zis că spiritul meu vrea individuaţie.

Aflasem că psihanalistul elveţian ajunsese acolo printr-o bună îmbinare a haosului cu ordinea şi disciplina.

Se educase să intre voit în propriile fantezii, să se detaşeze, să le contemple şi apoi să le explice. Dar şi să se detaşeze de valorile proprii. Întru a nu le impune pacienţilor şi a-i ajuta să le favorizeze pe ale lor.

Mare om, mare caracter.

Se încăpăţâna în a-şi urma scopul nobil. Nu în a face în ciudă ca mine. Sau în a fi reactiv ca Rousseau. Dar Jean-Jacques era perfect conştient de revolta lui. Şi-o asumase, făcuse un stil de viaţă din ea.

E un lucru ciudat, desigur, că imaginaţia mea nu se aprinde niciodată cu mai multă voioşie, decât atunci când starea mea este mai puţin voioasă. Dimpotrivă, ea este mai puţin veselă atunci când totul surâde în jurul meu. Păcătosul meu de cap nu se potriveşte niciodată cu ordinea firească (Rousseau, 1969 a, p 223).

Mă regăseam acolo cu obişnuinţa mea de a face lucrurile pe dos, de a fi împotriva curentului majoritar şi de a vedea lucrurile dintr-un unghi diferit.

Nu voiam să-mi pun pe goană aceste lucruri. Ci doar să le educ să facă şi ele parte din ordinea firească. Să devin mai întâi şi ordonată şi disciplinată. Apoi să se îmi găsesc un scop. Să nu mă mai încăpăţânez din oficiu că nu ştiu şi nu pot.

Să nu mă mai mâne doar pulsiunile hedoniste. Să-mi adaug o cizelare a lor. Astfel încât să fiu mulţumită cu

mine şi hedonismul meu. Să mă bucur de toată fericirea care vine din mine.

Să mă mulţumească pofta mea de viaţă pentru că ştiu să o transform şi stăpânesc în funcţie de ceea voiesc să fac.

ceilalţi).

M-a preocupat încăpăţânarea. Am adus-o în prim plan şi la terapie.

am îmbuibat cu nişte trăsnăi care au avut darul să mă facă şi mai reactivă.

Încăpăţânarea mi-a fost portretizată ca *tensiune*, *auto-agresivitate şi hetero-agresivitate* (*agresivitate către*

Mirific, îl citisem şi eu pe Freud. Şi aflasem că încăpăţânarea patologică îi era circumscrisă stadiului anal.

Mă prinsesem că eu aveam fixaţie orală şi nu anală.

Nu găsisem vreo soluţie în a scăpa de fixaţie. Nici nu era dată. Sigmund doar explica şi atenua fixaţiile prin multă analiză. Pas cu pas. Nu se preocupase să şi dezvolte indivizii. Să-i determine să-şi transforme limitele în calităţi.

După capul meu încăpăţânarea putea fi transformată în anduranţă, tenacitate şi voinţă. Numai că nu ştiam cum.

Mi s-a vorbit despre gratificări. Fantastic, tot la Freud ajungeam. Deşi eu la oliţă nu mai făceam. Ştiam că *am tensiunea gratificării* şi că *cer gratificări nenaturale* şi că *am amalgam afectiv*.

Problema era cum puteam să le stăpânesc, diferenţiez şi ajustez.

Iar aflu că nu mi se pot da reţete. Bonus mi s-a mai şi spus că *mă conformez proverbului mama împunge şi eu trag, ce mai cămăşuţă fac. Adică nu vreau să îmi asum, vreau gratificări fără efort*.

După care, ca să fie tacâmul complet mi s-a subliniat că *scrierea mea din timpul şedinţelor e o altă tendinţă către gratificare fără efort. În loc să mă concentrez pe ce mi se spune, să depun un efort de atenţie, scriu mecanic ce aud*.

Era un punct de vedere valid. Însă m-am explicat că era singura modalitate prin care îmi puteam concentra atenţia pe ce lucram. Am subliniat că era o limită.

După care am început să fac haz de tot şi de toate şi am încheiat şedinţa.

Agentul nu remarcase cât de tare mă înfuriam eu uneori. Deoarece îmi consumam furia prin notatul în agendă. Scrierea mea, aşa compulsivă cum era, preîntâmpinase apariţia unor tentative de vătămare corporală.

De multe ori îmi venise să sar să-i frig un pumn persoanei de la terapie. Pentru că îmi punea în faţă problematica usturătoare şi frustrantă. Fără să îmi dea un punct de rezolvare realist. Ceva care să fie conform cu firea mea. Mă făcea să mă simt într-o situaţie fără ieşire. Încolţită şi îndemnată să mă fac din vulpe oaie, să corespund valorilor domniei sale. Să fiu smerită, blândă, empatică, caldă şi afectuoasă.

Avusese noroc că instinctele îmi funcţionau bine. Inconştient găsisem o portiţă de scăpare şi canalizare, scrisul. Intuiam că dacă deschid vreodată subiectul furiei faţă de agentul terapeutic nu mă mai opresc. La câtă necinste simţeam că îmi făcuse merita o corecţie straşnică. Cu siguranţă nu m-ar fi putut gestiona. Şi m-aş fi ales cu dosar penal.

Treaba cu gratificarea m-a tot bântuit şi după şedinţă. M-am refugiat în Rousseau. După care am revenit cu forţe proaspete.

Am întrebat care este rolul gratificării.

— *Corespunde şi satisface nevoile individuale şi colective, presupune o finalitate constructivă, atât pentru ceilalţi, cât şi pentru mine*.

Era o idee anemică. Probabil o scosese pe loc ca să nu tacă.

Ştiţi gratificarea poate aduce fericire şi împăcare dacă e dată bine.

Fericirea presupune un aspect spiritual, nu are de-a

face cu cotidianul aşa cum se întâmplă cu gratificarea.

Bine, eu vreau exces de gratificare ca să fiu fericită.

Nici excesul nici deficitul nu sunt funcţionale. *Exprimă o oprire în mersul firesc al lucrurilor*.

Şi care ar fi mersul firesc al lucrurilor?

Nevoia, *motivaţia*, *satisfacţia de construire*, *conştientă şi autentică*.

Mi-a pus capac. Nu mai suportam îndemnurile acelea palide gen construcţie. Sau prezumţia autenticităţii.

Era o problemă care îmi era străină. La mine ori era ori nu era. Valoarea mea sau lipsa valorii mele.

Intensitate sau absenţa ei. Ordine şi disciplină sau haos şi debandadă. Asumarea frizării la începuturile terapiei era tributară fricii de eşec, nu fricii de respingere emoţională.

Ce era neautentic era probabil demersul meu terapeutic. Care insista într-o schemă depăşită. Eu insistam pe voinţă de putere şi stăpânire de sine şi mă loveam de un discurs palid şi ambiguu. Mai era şi redundant. Simţeam că nu eram luată în serios dintr-o competenţă limitată.

Da, s-ar fi putut spune şi că supracompensam ruşinea faţă de mine printr-o critică constantă şi o voinţă de a părea perfectă.

Iar m-am gândit să sistez terapia.

Numai că bunica Strat, la care stătea mama, era cu un picior în groapă.

Agentul îmi tot explicase că am doliu netrăit. Mai şi citisem cum Jung şi Freud explicau cum pierderea unei persoane dragi aruncă individul într-o perioadă de doliu şi melancolie. Omul trebuie să se împace cu pierderea. Mai întâi simte şi trăieşte durerea şi tristeţea. Apoi o acceptă. Astfel apare o dinamică energizatoare care poate pune bazele unor noi feluri de a face şi a fi.

Individul poate constata ce năzuinţe şi frustrări personale proiectase în durerea pierderii.

Prin urmare am zis că persoana de la terapie ar fi numai bună să mă ajute să mă acomodez cu iminenta pierdere. Avea ocazia să facă treabă bună cu al său discurs emoţional.

Numai că în goana mea după stăpânire de sine nu m-a preocupat discutarea pierderii la terapie. Am făcut o zăpăceală şi mai mare.

Nu sistez terapia. Moare bunica.

Îmi propusesem să abordez iminenta moarte a bunicii numai că eram prea cu capsa pusă pe stăpânirea mea de sine şi pe incompetenţa agentului.

Ştiţi mi-aţi vorbit data trecută despre autenticitate. Cred că pentru ajunge acolo îmi trebuie disciplină. Şi să mă ţin de ea orice ar fi. Să fiu etică faţă de disciplina mea.

Sigura, buna-cuviinţă aduce mulţumire de sine.

Da, intensitatea este pentru mine fericirea şi mulţumirea. Vreau să fiu intensă în disciplinarea şi ordonarea mea.

Încearcă să-ţi vezi stările autentice.

Nu înţeleg.

Autenticitatea înseamnă stare de prezenţă.

— Da, să fii aware.

Ştiam că persoana de la terapie nu stăpânea prea bine engleza. Îi explic conceptul de aware. Văzusem un video pe Youtube21 în care se explica cum auto-observaţia alterează circuitele neuronale. Auto-observarea dă naştere la noi circuite neuronale care oferă posibilitatea controlului propriilor emoţii. Era exact ce voiam eu, stăpânirea de sine.

Nu prea i-a picat bine argumentaţia mea.

— *Noutatea poate însemna şi sănătate, lucruri sănătoase*.

— Normal. Dar vreau ca noutatea mea să fie controlul asupra propriilor mele emoţii.

— *Pentru a le controla e necesar ca mai întâi să le delimitezi*.

— Păi nu am eu frică? Vreau să scap de ea! Ca să fiu pe flow, să am flux.

Fusesem la o expoziţie la Muzeul Naţional de Artă Contemporană. Era despre mişcarea Fluxus22, bazată pe acte performative, inter-conectivitate şi revoltă împotriva regulilor fixe ale artei. Joseph Beuys 23, unul dintre fondatorii ei, se vedea un fel de şaman şi manipula audienţa prin simboluri psihanalitice pentru a evidenţia cum „caracterul fatal al prezentului poate fi depăşit în viitor”.

Mi se părea minunată abordarea omului, voia prin arta lui să-i scape pe oameni de frică şi să-i facă încrezători în a-şi depăşi condiţia.

Explic. Îl ridic un pic în slăvi pe Beuys.

Arta e un prilej de reflectare. Dar să ne rezumăm la ce ne interesează pe noi.

Arta este de multe ori o reflecţie valoroasă a realităţii. Eu vreau să-mi înving frica şi condiţia mizeră. Uite Beuys ăsta a fost lovit pe front în Crimeea. L-au îngrijit nişte tătari nomazi. Şi de acolo i-a venit ideea să folosească seu şi fetru în arta lui. Şi să insiste pe simboluri mitologice. Şi că orice om poate fi un artist. El voia să vindece lumea prin artă. Din betegenia lui, îşi cam târa piciorul, a făcut ceva bun!

Poate pentru că a fost umil.

— Adică cum?

— *Umilinţa ca absenţa orgoliului.*

Agentul ăsta al meu era cam sadic. Îmi dădea peste nas de fiecare dată când găseam vreun model la care să mă raportez.

Poate că o fi procedat bine. Căci mi-a favorizat şi mai şi ciuda. Care s-a concretizat într-o dorinţă arzătoare a mea de a-mi face propriul model, dincolo de orgoliu şi auto-suficienţă.

După acea şedinţă am rămas însă cu un gust amar.

Am citit şi mai şi Am terminat şi cel de-al doilea volum al confesiunilor lui Rousseau.

Bunica era deja în spital. Fusesem să o vizitez şi îmi fusese tare milă de dânsa. Dar nu aveam ce-i face. În afară de a sta de vorbă cu ea, a o lua în braţe şi a-i duce mici atenţii. Avea 91 de ani.

Îmi contemplam stările pe care le simţeam la vederea bătrânei suferinde în prag de moarte. Mi se rupea sufletul să o văd aşa nevoiaşă şi dornică de afecţiune. Dar nu era ceva de neîndurat. Cum era nesiguranţa faţă de propria persoană.

Iminenta moarte a bunicii mă făcea să simt un gol în stomac şi să îmi vină să plâng. Dar nu aveam furie.

Căci nu stătea în puterea mea soarta bătrânei. Tot ce puteam face era să-i dau nişte confort afectiv.

Totuşi mă gândeam că existase un adevăr în argumentul că avusesem doliu netrăit.

Am decis să urmez toate prescripţiile ortodoxe ale doliului şi anume să mă îmbrac în negru, să fiu abstinentă şi să nu merg la petreceri.

Chiar dacă etica ortodoxă în privinţa trecerii în nefiinţă mi se părea „mult zgomot pentru nimic”, un dogmatism anost. Dar îmi iau motivaţie trecând doliul ortodox printr-un filtru antropologic.

Mi l-am conceptualizat ca fiind o perioadă liminală, de trecere, ce-l ajută pe individ să se acomodeze cu pierderea, să o aşeze la locul potrivit şi să-şi tragă energia necesară pentru a merge mai departe şi a-şi descoperi noi orizonturi existenţiale.

Victor Turner a arătat cum perioadele de trecere ale individului (maturizare, trecerea de la un statut la altul, nuntă, moarte) erau configurate ritualic în spaţiul comunităţii şi aveau un rol esenţial în dezvoltarea şi menţinerea echilibrului psihologic.

Mi-am spus că psihanaliza face acelaşi lucru. Doar că nu prin tabuuri, pomană şi colivă, ci printr-o mare raţionalizare a evenimentului.

Jung şi Freud şi-au ajutat pacienţii să treacă prin experienţa doliului printr-un graţios dans al raţionalului ce

configura emoţionalul rănit.

S-ar putea spune că am găsit o pompoasă explicaţie pentru un fapt simplu şi concret, pierderea persoanelor dragi. Ce era să fac, dacă aşa mi se tot recomanda la terapie? Trebuia să procedez cumva să experimentez şi doliul.

Să împac sufletul rănit cu realitatea dată. Nu doar că antropologii şi psihanaliştii portretizau eficacitatea doliului, dar eu şi aveam în spatele meu probabil mai multe generaţii de străbuni îşi integraseră pierderile persoanelor dragi conform prescripţiilor doliului ortodox.

Într-o zi mă duc în vizită la mama. Stătea de la începutul anului 2011 în apartamentul bunicii.

21 Videoul de atunci nu îl mai găsesc. Însă era aproximativ similar cu acesta: https://www.youtube.com/watch?v=bPxVvjpw9Y (accesat la 25.06.2016) 22 https://en.wikipedia.org/wiki/Fluxus (accesat la 25.06.2016)

23 https://en.wikipedia.org/wiki/Joseph_Beuys (accesat la 25.06.2016)

Acolo, pe partea superioară a tocului uşii era rămasă o bară. Fusese montată în timpul copilăriei verişoarei mele (fata surorii tatălui). Ca ea să se poată atârna de ea în vederea susţinerii exerciţiilor pentru scolioza ei şi acasă.

Verişoara locuise cu bunicii până la 18 ani.

Eu mă atârnam de acea bară de fiecare dată când mergeam în vizită la mama şi bunica.

Stau de vorbă un pic cu mama, mâncăm. La un moment dat mă atârn de bară şi mă balansez câteva secunde.

Mama se uită lung la mine.

Ai grijă, ca nu cumva să faci vreo întindere. Mă aprind instant. E absurdă.

Tu eşti nebună? Eu merg la recuperare cinci zile pe săptămână de mai bine de un an. Fac acolo exerciţii mai grele ca ce ai văzut tu acum. Şi nu am făcut vreodată vreo

întindere. În toată viaţa mea. Ai văzut ultima radiografie? Mi s-a îndreptat coloana!

Da, dar mai bine te protejezi. Nu se ştie niciodată. Îmi vine să plâng

Din cauza ta mă cred o stârpitură.

Hai că iar exagerezi.

Eşti o scârboasă!

Nu am mai stat să ascult ce îmi spune, căci am plecat în trombă. Eram prea furioasă. Şi îmi era frică să nu se repete incidentul cu varza.

După câteva ore o sun pe mama şi îmi cer scuze. O rog să nu se mai comporte cu mine de parcă aş fi din porţelan, căci mă nimiceşte emoţional. Îşi cere şi ea scuze. Lucrurile revin la normal.

Dar aproape că explodez la terapie. Gesticulez, fac feţe-feţe. Bat cu palma în masă. Agentul încearcă să mă completeze dar nu permit.

Mă jelesc cum mama a contribuit masiv la nesiguranţa mea de sine.

Mi-a acordat o protecţie idioată şi inutilă. M-am revoltat asupra ei, am respins majoritatea lucrurilor, mai cu seamă figurile autorităţii. Îmi e frică de autoritate. Căci nu sunt sigură pe mine. De dea aceea o neg, o ocolesc, încerc să o păcălesc, o iau în derâdere. Sunt nesigură pe mine pentru că am fost protejată când nu era nevoie! Nu mi-au fost valorizate abilităţile fizice deşi dădeam pe afară de dinamism. Mereu mi se spunea să stau locului şi mi se sublinia că trebuie să fiu puternică din punct de vedere mental. De aia nu mă exprim eu emoţional. Recunoştinţă, milă, ruşine, tristeţe, duioşie, mâhnire. Toate trăirile aşa mai blânde nu le grăiesc! Fie mă bucur sau mă entuziasmez enorm pentru ceva, fie mă înfurii enorm. Da, poate compensez lipsa exprimării nuanţelor prin lume imaginară şi revoltă.

Agentul dă să zică ceva.

Vio…

Mă fac că nu aud şi continui.

Simt că nesiguranţa asta a mea mă aruncă într-un hău. Nu înţeleg de ce am fost tratată ca o sărmană slăbătură nevolnică. Nu meritam! Aş fi voit să fiu încurajată pentru forţa şi rezistenţa mea! Mă doare enorm că mama încă se îngrijeşte de presupusa mea slăbiciune.

Vio…

Deşi i-am dovedit că nu sunt slabă. Am reuşit să îmi îndrept coloana chiar şi la vârsta asta, 27 de ani. După mine şi după părerea medicilor şi a profesorului de kinetoterapie înseamnă că dau dovadă de rezistenţă, forţă şi capacitate de recuperare. Plus perseverenţă. Nu mă las, chiar dacă am febră musculară şi obosesc. Mă îndârjesc să fac zi de zi. Chiar şi când îmi vine ciclul. Şi îmi fac timpul astfel încât să fac loc zi de zi şi pentru şedinţa de kinetoterapie. Mă aşteptam ca mama să valorizeze rezistenţa, forţa şi perseverenţa mea. Nu să le nege spunându-mi să am grijă să nu fac întindere. Mama nu îmi este alături şi mă neagă prin protecţia ei de rahat. Am senzaţia că sunt într-un hău din care nu pot să ies! Este înfiorător!

Agentul oscilează între a voi să mă completeze şi a fi absorbit de spectacolul sfâşietor pe care îl fac.

Reuşeşte să-mi spună ceva neaşteptat.

Mama ta e săraca, îşi proiectează propriile frici în tine.

— Adevărat?

La fel de adevărat, pe cât eşti tu *expresivă*.

Îmi vine să râd, ştiu că sunt aşa, mi s-a spus în repetate rânduri. Dar îmi înăbuş râsul şi îmi văd de încrâncenare. Să înţeleagă şi agentul că nu vreau protecţie şi nici invitaţii la emoţii necondiţionate.

Dar cu sfidarea autorităţii ce părere aveţi?

E nenecesară.

Da? Şi ce fac eu pentru a nu o mai sfida?

Mai bine te concentrezi pe senzaţiile noi de mulţumire pe care le-ai dobândit.

— Dar eu mă simt în hău căci îmi sunt negate. Nu am

încredere în mine!

Te poţi concentra pe afirmativitate.

Nu înţeleg.

Ce nevoi ai? Amalgamul este o piedică în afirmativitate.

De disciplină! Vreau să îmi stăpânesc atenţia şi emoţiile.

Disciplina implică o anumită tensiune a lui „Trebuie”. Structurarea e o variantă mai bună.

Nu înţeleg.

Spre exemplu structurarea timpului îi conferă o anumită valoare. Disciplina poate fi văzută ca ceva impersonal impus din exterior, pe când structurarea este un act de voinţă personală ce acordă valoare. Pentru că eşti conştient de tine şi ceea ce îţi doreşti, ai starea de prezenţă necesară construirii de valoare.

Haideţi mai lăsaţi-mă cu starea aia de prezenţă. Eu vreau siguranţă de sine. Cum o obţin?

Fiecare are siguranţă de sine.

Iluzii.

— Siguranţa este instinctul nostru de conservare. Comunicarea, socializarea, cunoaşterea cogniţia, ne dau siguranţa. Afilierea, faptul că socializezi şi aparţii familiei îţi dau siguranţa. Iar când siguranţa e preponderent asociată cu cogniţia poate apare iluzia perfecţiunii!

Da, siguranţa instinctului o am. Nu am siguranţa mea identitară, a putinţei mele. Deşi mi se spune că oamenii se simt în siguranţă cu mine.

Siguranţa e acolo înăuntru, nu am cum să le-o ofer eu din afară.

Poate că eu o ofer tocmai pentru că nu am încredere în mine.

Siguranţa e legată de încredere, încrederea de prima condiţie.

— Nu înţeleg.

Se simt în siguranţă pentru că au încredere în ei.

Mamăă, mi-a dat ocara cea mai de jos posibilă. Adică oricum se simţeau în siguranţă. Nimic nu depindea de mine. Eram de nimic. Îmi venea să-i trosnesc un mare dos de palmă.

M-am stăpânit căci notam în agendă, compulsiv şi lăbărţat. Şi am mai chestionat puţin.

Ce au?

— *Încrederea ca afect, ca pilon al dezvoltării psihice*.

M-a nimicit. Ce nu aveam eu era pilonul dezvoltării psihice. Ce mă făceam? Îmi venea să urlu ca un lup.

Dar am grăit.

Şi siguranţa asta cum funcţionează?

Poate fi ca dependenţă, ţi-o oferă exteriorul. Sau poate veni din interior, e încrederea pe care o au oamenii în ei.

Cum îi dai unui om siguranţă?

Îi dai siguranţă ajutându-l să aibă încredere în forţe proprii.

Cum?

Prin construirea de situaţii care stimulează procesul formării încrederii în sine.

Daţi-mi încrederea în mine.

Nimeni nu poate face ceva psihologic pentru tine. Nimeni nu îşi asumă.

— Ce pot face?

Lărgirea orizontului conştienţei. Conştiinţa include conştientizare. Mă resemnasem. De mine depindea totul.

Bine, o să vedeţi cum o să fac eu dezvoltare, conştiinţă, stare de prezenţă şi efort.

Te poţi concentra pe structurare, pe ordinea firească a lucrurilor, pe un rost al lucrurilor, pe o valorizare a lor.

Efectiv nu mai puteam. Voisem disciplină şi stăpânire de sine şi sfârşisem prin a afla că nu aveam încredere în mine şi nu eram capabilă să valorizez.

Mă bântuia faptul că nu fusesem ajutată în niciun fel să am încredere în forţele proprii. Nici de familie, nici de

persoana de la terapie.

Cum şedinţa avusese loc într-o vineri (24.02.2012) m-am dus să-mi dreg amarul cu o beţie. Trebuia să scap cumva de tensiunea vinii că nu aveam încredere în mine.

Sau era doar un pretext, pentru că oricum îmi plăcea să beau. Sâmbătă mă simţeam revigorată, scăpasem de tensiune.

M-am dus la mama. Parcă o vedeam altfel. Mă gândeam că puteam discuta cu ea dacă aveam răbdarea să îi explic calm ce vreau.

Uite bunica e în spital. Ştii şi tu că mai are un pic şi moare. Te rog să nu te îngrijorezi de starea mea atunci când va muri. Chiar dacă voi fi tristă şi îndurerată.

De ce m-aş îngrijora? Am încredere în forţele tale că vei trece cu bine peste moment. Creşte inima în mine când o aud.

Ştii că nu m-a ajutat deloc să îmi dai Lexotan atunci când a murit tata. M-am disociat în loc să stau şi să-mi trăiesc durerea. Uite ce zic ăştia, de la Jung, la antropologu ăla Victor Turner, că tristeţea şi doliul sunt un lucru bun.

Eu doar am încercat să te ajut să treci mai bine peste durere. Poate că am greşit. Îmi venea să plâng.

Poate că te durea pe tine prea tare. Da oricum nu mai am ce face. Trecutul e trecut. Şi acum nu mai iau lexotane. O să fac doliu ca la carte, o să mă îmbrac şi în negru.

Mă aşteptam să-mi zică cum nu e nevoie să fac aşa ceva. Însă m-a surprins. S-a uitat cam contrariată la mine.

Faci cum crezi tu de cuviinţă. Eu te sprijin să faci tot ceea ce crezi că este bine pentru tine. Eşti matură şi iei deciziile tale.

Mai că nu-mi venea să cred ce aud. Îmi venea să o iau în braţe şi să o pup. Era cum trebuie! Însă nu am făcut-o. Doar am aprobat-o şi i-am mulţumit. Egocentric m-am gândit că eu am creat acea situaţie care să îmi stabilizeze încrederea în mine. Că tot mi se spusese la terapie despre

construirea situaţiilor care stimulau procesul formării încrederii în sine.

Nenorocitul de egocentrism compensa neîncrederea în forţele mele. Care se manifesta şi prin plăcerea ce a mă identifica cu ce citeam.

Scriam în agendă că oamenilor le plac poveştile pentru că au ocazia să se identifice cu ele. Eu îl citeam pe nerăsuflate pe Rousseau pentru că abia aşteptam finalul care credeam că poate fi o parte a rezoluţiilor mele. După ce am terminat de citit şi ultimul volum am scris pe ultima pagină a cărţii:

„Odată ce ţi-ai stabilit identitatea nu mai simţi nevoia s-o regăseşti în lucrurile care îţi plac, sau pe care le faci. Adică nu te mai identifici toată ziua-bună-ziua”.

Îmi doream să trec peste identificare şi să ajung la individuaţie.

Îmi atrăsese atenţia că Rousseau spunea că fericirea se află în oameni şi nu are semne exterioare. Să ai simpla conştiinţă a existenţei tale aduce cu sine mulţumirea şi pacea.

Eu, ca şi Rousseau, puneam în cârca societăţii şi a celorlalţi nemulţumirile mele. Şi ca şi dânsul devenisem conştientă că nefericirea mea era izvorâtă din amorul propriu.

Rezonam cu acei copii ai închipuirii lui pe care îi tot descrisese, societatea lor îmi întreţinea şi mie sentimentele.

Numai că îi consideram sursa incapacităţii mele de a-mi exprima coerent şi constant emoţiile şi sentimentele. Pentru că ele erau satisfăcute de însăşi lumea mea fantasmatică. Obişnuindu-mă să-mi creez bogate scenarii mentale în care eu dregeam şi făceam mă cam detaşasem de exprimarea trăirilor mele.

Poate că trebuia să mă exprim mai mult ca să îmi fie confirmată încrederea în mine. Poate entitatea era îndreptăţită să îmi facă asediu emoţional.

Eu băgam ce îmi doream mai mult în fantezii. Ceea

ce era în jurul meu mă nemulţumea.

Observasem de la o vârstă fragedă că adulţii nu se comportă aşa cum îmi spuneau mie să mă comport, că era o mare discrepanţă între realitate şi prescripţie.

Aşa resimţeam eu, poate pentru a avea un motiv temeinic în a mă refugia în fantezie.

De asemenea, poate că mă refugiam în fantezie deoarece în lumea cotidiană capriciile nu îmi erau satisfăcute pe cât aş fi vrut eu, aşa că mi le satisfăceam de una singură cu ochii minţii.

Compensam interdicţiile şi frustrările prin fantezie. De aceea aveam o toleranţă scăzută la frustrare, nu aveam răbdare, îmi părea o mare caznă să aştept ceva, şi eram atentă doar la ceea ce mi-ar fi putut produce o satisfacţie imediată. Găsisem principala mea sursă a lipsei de răbdare şi atenţie în obiceiul meu de a visa cu ochii deschişi.

Consideram că obiceiul familiei mele de a-mi mai satisface capriciile când şi când avusese şi el rolul său.

Căci nu înţelegeam motivele pentru care uneori îmi erau satisfăcute capriciile, alteori nu.

Eram convinsă că părinţii şi bunica mi le satisfăceau în funcţie de propriile lor capricii, când aveau chef sau când nu aveau chef. Logica capriciului e logica bunului plac.

Intră în conflict cu mulţumirea de sine, căci nu acceptă amânări şi privaţiuni. Logica mulţumirii de sine (cea bună, coerentă, nu orgolioasă / narcisică) acceptă lucrurile aşa cum sunt, omul nu se dă de ceasul morţii atunci când nu îi iese ceva, nu face scene şi jocuri psihologice. Pur şi simplu mai încearcă o dată, poate cu mai multă răbdare şi atenţie ca înainte.

Mă vedeam deficitară în privinţa răbdării şi atenţiei, nu le puteam stăpâni bine. Doream să acced cât mai repede la siguranţa de sine. Pentru că o corelasem cu stăpânirea de sine.

Mă bulversase şedinţa terapeutică în care discutasem despre siguranţa de sine, încrederea în sine.

Simţeam că persoana de la terapie îmi tot făcuse în ciudă. Nu-mi dăduse mai nicio informaţie coerentă despre stăpânirea emoţiilor. Era cu iubirea necondiţionată şi îmi vorbea din cărţi.

Mă dărâmase faptul că îmi evidenţiase încrederea ca afect, ca pilon al dezvoltării psihice, fără a-mi explica cum apare ea, care e dinamica ei, ce pot face eu pentru a o dobândi.

Am gândit că dacă eu nu o aveam însemna că nu mă dezvoltasem psihic corespunzător. Ceea ce m-a făcut să mă simt Teribil de dispreţuitoare, dezamăgită, înfricoşată şi furioasă faţă de propria persoană. Îmi venea să-i trântesc două palme şi să plec.

Dar m-am stăpânit, căci aveam descărcarea scrierii în agendă. Mă bântuia dinamica emoţională din acel moment.

Mai întâi a apărut senzaţia de dispreţ faţă de propria persoană, că nu eram în stare să am încredere în mine.

Apoi s-a transformat în dezamăgire, în părere de rău că nu am fost în stare să o obţin şi că nici ceilalţi nu au contribuit corespunzător la formarea încrederii în mine.

După care a apărut frica, că dacă nu am avut şi nici nu am încrederea în mine nu voi ajunge prea departe, să mă stăpânesc, să am un scop şi să mă ţin de el.

Frica s-a transformat în furie pe mine, apoi în furie pe familia mea, apoi în furie pe agentul terapeutic că îmi spusese aşa ceva. Cum putuse să îmi spună că sentimentul de încredere este pilonul dezvoltării psihice şi al siguranţei de sine, fix atunci când eu îi spun că nu îl aveam?

Mă aşteptam să aflu ce pot face pentru a-l dobândi. Da, tot înţelesesem că nu mi se pot da prescripţii. Dar măcar să îmi fi povestit cum făceau alţi oameni ca să dobândească încrederea în sine. Sau să îmi fi explicat dinamica structurării încrederii în sine. Sau ce observase la ceilalţi şi la propria-i persoană atunci când avusese loc formarea sentimentului de încredere în sine.

N-am obţinut decât o enormă tensiune că nu am fost

ajutată să am încredere în forţe proprii. Dezamăgirea, dispreţul şi furia faţă de persoana de la terapie au persistat mai mult ca niciodată.

De obicei uitam de necinstea pe care mi-o făcea prin toate prescripţiile bombastice ale jargonului psihologic.

Probabil pentru că mă simţeam specială deoarece aveam parte de onoarea de a mi se vorbi în termeni de specialitate.

Dar după şedinţa cu încrederea mi-a trebuit o pauză de la terapie. Am amânat două şedinţe.

Când m-am reîntâlnit cu agentul m-am concentrat mai mult pe iminenta moarte a bunicii. Desigur că am fost masiv îndemnată la trăirea tristeţii şi durerii. Era corect, avea o noimă, bătrâna era în prag de deces şi eu trebuia să fiu pregătită.

Chiar eram curioasă dacă dispariţia îmi va declanşa vreo traumă. În sinea mea voiam să demonstrez că mi se aplicase pe nedrept un discurs al doliului netrăit.

Încrederea în sine tot îmi stătea pe creier. Întreb iar ce-i de făcut ca să-mi favorizez încrederea în mine. Agentul insistă cu *alegere conştientă*, *constructivă*, *dinamizatoare*; *nevoia de a alege conştient*.

Nu pot scoate mai mult. Mai vorbim un pic despre doliu şi tristeţe şi încheiem. La patru zile după această şedinţă a murit bunica.

Aşa cum îmi propusesem, m-am concentrat pe trăirea tristeţii şi durerii. Chiar mă întristez. Mă doare.

Mă forţez să mă bag şi mai şi în durere, să îmi amintesc şi de moartea tatălui şi de toate celelalte morţi. Am reluat cu ochii minţii mai tot ce simţisem când tata, bunica cealaltă şi mătuşa trecuseră în nefiinţă. Nu e de nesuportat. E mai puţin dureros în comparaţie cu vina mea existenţială că nu aveam încredere în mine.

Încep să ţin doliu ca la carte.

Observ că prescripţiile ritualice cresc şi mai şi durerea.

Nu e de neîndurat, aşa cum era frica mea de a-mi

scrie lucrarea de dizertaţie. Plus că era un lucru încurajat la nivel de societate. Simţeam că prin hainele mele cernite fac dovada conformării la normativitatea unei pierderi.

Era ce nu voiam să fac când aveam 20 sau 22 de ani, nu voiam să-mi cresc şansele de a fi considerată neajutorată pentru că arătam la tot pasul că sufeream printr-o uniformă neagră. Nu se făcea. Dar la 27 de ani parcă mai mergea să mă concentrez pe durerea pierderii.

La o zi după înmormântare m-am dus în vizită la mama şi am stat de vorbă cu ea.

Am vorbit despre toţi morţii din familie. Am plâns, m-am văitat, m-am tânguit. Dar până la urmă ştiam că ceea ce nu te omoară te face mai puternic.

La un moment dat mama o bagă pe aia cu „despre morţi numai de bine”. O am întreb ce valoriza ea la bunica, la tata, la cealaltă bunică.

Îmi vorbeşte despre ordinea, cumpătarea şi disciplina bunicii şi despre spontaneitatea şi şarmul tatălui meu. Fac ochii mari.

Auzi mamă, da ce îl elogiezi atâta pe tata? Ştii că în copilărie eram geloasă pe atenţia pe care i-o dădeai lui. Parcă îl considerai mai important ca mine.

Viorela dragă, e o diferenţă între iubirea de soţ şi iubirea de copil, sunt tipuri diferite de preţuire. La soţ îţi mai vine să renunţi, la copil niciodată. E ceva instinctiv.

Atunci de ce nu mă băgai suficient în seamă?

Mi-am dat silinţa să fiu o mamă bună. Nu ştiu dacă ţi-am oferit tot ce ai avut nevoie, dar m-am străduit.

De ce crezi că vă făceam în ciudă?

Nu ştiu. Făceai în ciudă tot timpul. Era plăcerea ta. Îţi plăcea să ne critici şi să ne enervezi.

De ce crezi că o făceam?

Parcă pur şi simplu îţi făcea plăcere să ne faci în ciudă, să ne pedepseşti, fie că aveam sau nu o vină. Erai un Gică-contra.

Probabil că vă pedepseam pe voi în loc să mă

pedepsesc pe mine că nu merit atenţia.

Astea sunt lucruri pe care ar trebui să le discuţi la terapie. Eu sunt neurolog, nu psiholog.

În acel moment am realizat că sunt furioasă pe persoana de la terapie, dar nu mai sunt furioasă pe mama.

Mi-am spus că probabil am făcut transfer.

Când am ajuns acasă m-am apucat să citesc volumul 11 din Freud, Tehnica Psihanalizei. Voiam să înţeleg cum stă treaba cu transferul.

Încă din primele pagini mi-am dat seama că eram în plin transfer. Freud era de părere că mijlocul prin care se realizează tratamentul psihic, tratamentul manifestărilor patologice ale vieţii sufleteşti, este cuvântul.

Ce-mi tot iscase mie furia şi dispreţul pe agentul terapeutic?

Felul în care îmi prezenta lucrurile, cuvintele pe care mi le adresa.

„Încrederea ca afect, ca pilon al dezvoltării psihice" fusese cireaşa de pe tortul dispreţului şi furiei. Freud vorbea despre rolul voinţei şi atenţiei în influenţarea proceselor somatice.

Păi dacă îţi puteai influenţa corpul prin voinţă, atunci puteai să îţi influenţezi şi afectul.

Ce voiam eu să-mi influenţez cu ajutorul terapiei? Stăpânirea de sine şi încrederea în forţe proprii. Mi-am spus că dacă dau dovadă de mai multă atenţie şi voinţă voi reuşi.

Pe pagina următoare, după ce prezenta rolul voinţei şi atenţiei, Freud spunea că „aşteptarea încrezătoare şi plină de speranţă, este o forţă eficientă pe care trebuie să contăm riguros la toate încercările noastre de tratament şi vindecare" (Freud, 2010 e, p 19).

Atunci mi-am spus că am încredere, că voi găsi eu ce-mi trebuie. Voi reuşi să scot untul din persoana de la terapie. N-o să o las să îmi scape până obţin ce vreau, încrederea în mine.

Însă nu ştiam exact de ce aveam eu nevoie pentru a-

mi recadra încrederea în forţe proprii. De aceea mă şi supărasem pe agent, că nu îmi dăduse absolut nicio variantă pentru obţinerea încrederii.

M-am gândit că îmi voi da eu seama, pe măsură ce mai citesc un pic.

Când am ajuns la pasajul care prezenta tratamentul psihanalitic ca pe o post-educaţie pentru depăşirea rezistenţelor interne (Freud, 2010 e, p 58) m-am întrebat unde întâmpin eu rezistenţe majore.

Rapid am găsit răspunsul. Nu voiam să vorbesc despre emoţiile mele. Nu-mi plăcea deloc.

M-am întrebat de ce fac asta. Evident că mi-au venit în minte îndemnurile tip „ai grijă să nu suferi”. Oare de ce le interiorizasem aşa?

M-am gândit că le-am subsumat aşteptării mele de a fi perfectă. Adică eram perfectă dacă nu sufeream. Şi ce puteam eu să fac ca să nu sufăr? Să îmi stăpânesc şi maschez emoţiile.

Deci perfecţionismul era rezistenţa mea. Când am mai citit şi că „psihonevrozele sunt satisfacţii substitutive deformate ale pulsiunilor a căror existenţă este negată faţă de sine şi de ceilalţi” (Freud, 2010 e, p 71) m-am convins.

Eu mă aşteptam la perfecţiune şi de la mine şi de la ceilalţi. Dar nu spuneam niciodată explicit acest lucru. Preferam să îl evidenţiez prin critică, arătând că ceilalţi nu sunt suficient de buni. Şi mă imaginam perfectă atunci când făceam toate acele jocuri psihologice. Iar în fanteziile mele eram o permanentă întruchipare a perfecţiunii umane. Ele compensau sentimentul meu de inferioritate.

Freud spunea că psihanaliza se bazează pe transfer. Fiecare om are propriul său mod de a iubi, pe care inconştient îl aplică şi persoanei cu care face terapie.

Cum iubeam eu? Criticând şi şicanând. De ce? Pentru că mă aşteptam ca lucrurile să fie perfecte şi ele nu erau.

De asemenea Freud considera că transferul e împiedicat de rezistenţele pacientului. De ce? Pentru că însăşi rezistenţa a facilitat îmbolnăvirea.

Pacientul rezista în a se adecva la realitate, se refugia în lumea sa interioară, pentru că realitatea nu îl satisfăcea. Libidoul, energia vitală a pacientului s-a orientat către interiorul său, a intrat în regresie şi a redat viaţa imagourilor infantile (Freud, 2010 e, p 104).

Freud subliniază că aici foloseşte terminologia lui Jung, „introversiunea libidoului”. Această introversiune a libidoului se bazează în mare parte pe fantasmare, conştientă sau inconştientă.

Eu le practicam pe amândouă, fie intram voit în lumea mea imaginară unde lucrurile decurgeau perfect, fie intram pe pilot automat acolo, adică inconştient pentru că lucrurile nu mă satisfăceau.

Deci eu mi-am convertit / introvertit libidoul / energia vitală în lumea mea fantasmatică şi în jocuri psihologice pentru că mă aşteptam ca lucrurile să fie perfecte dar ele nu erau.

Agentul terapeutic nu-mi explica perfect cum stăteau lucrurile. Mă dezgustam, mă înfuriam.

Bun, mi-am conştientizat perfecţionismul şi furia izvorâtă din acel perfecţionism, dar ce mă fac eu în continuare?

Freud spunea că toate forţele care au provocat regresia libidoului se vor ridica împotriva travaliului, în calitate de rezistenţe pentru a conserva această stare de lucruri (Freud, 2010 e, p 105).

De fiecare dată când ne apropiem de un complex patogen, în conştiinţă este împinsă mereu înainte acea parte de complex capabilă de transfer şi este apărată cu cea mai mare încăpăţânare (Freud, 2010 e, p 106).

Ce puteam face ca să îmi fluidizez rezistenţa în a-mi lucra complexul patogen al perfecţionismului?

Să fiu mai atentă la dinamica mea cognitivă şi afectivă. Ajungeam la spusele persoanei de la terapie, cu privirea îndreptată spre blocajele interioare.

Dar şi la ale mele, că trebuia să fiu mai atentă. Dau peste conceptul de atenţie liber flotantă.

E o stare specială în care inconştientul terapeutului este lăsat liber să asculte tot ceea ce are de spus pacientul, în egală măsură în care conştiinţa este lăsată să perceapă (Freud, 2010 e, p 114).

Puteam să fac atenţie liber flotantă cu mine. Să ascult mai bine ce aveau de spus acţiunile, reprezentările şi fanteziile mele.

Vedeam atenţia liber-flotantă drept acea stare în care inconştientul colaborează cu conştientul. Era o stare la care voiam să ajung într-un mod constant.

Trebuia să îmi lucrez perfecţionismul, că tot fusesem întrebată de nenumărate ori la terapie care erau nevoile mele.

Găsisem una numai bună, nevoia de a-mi rezolva complexul patogen al perfecţionismului. Am adus-o în prim plan cu ocazia primei şedinţe de terapie.

Mi-am continuat dansul drăcesc al cinismului şi sarcasmului. Dar am şi reuşit să mă mai detaşez de perfecţionism.

Perfecţionismul a planat câteva luni bune asupra mea şi a şedinţelor. Din martie 2012 până în ianuarie 2013.

În capitolul următor voi descrie ce am păţit şi trăit de pe urma presupusului „lucru” al complexului meu perfecţionist.

Capitolul XIII. Perfecţionismul.

După mine sunt două tipuri de perfecţionism. Acela în care nu îţi termini lucrurile pentru că te ia angoasa pentru că nu îţi ies perfecte, ai dorinţă de a excela. Şi acela ce te face să nu te apuci de nimic din frică că nu îţi vor ieşi perfect, ai dorinţa de a fi perfect.

Pe mine mă complexa dorinţa iluzorie că voiam să fiu perfectă.

Jung a lansat termenul de complex în psihanaliză. Îl folosea pentru a descrie formaţiunile psihice (gânduri, emoţii, afecte, impulsuri, pulsiuni), adesea contradictorii ce structurau psihicul uman. Nu erau neapărat patogene, chiar dacă erau inconştiente.

Un complex avea trăsături patogene atunci când incomoda existenţa individului. Cum?

Atunci când reprezentările contradictorii accentuate afectiv erau de necontrolat şi iscau blocaje în viaţa de zi cu zi. Adică produceau nevroză.

Un complex de reprezentări acumulează întotdeauna suma cea mai mare de energie psihică, prin care îşi supune eul (Jung, 2007 a, p 88).

Dacă eul, adică partea conştientă a individului, e mulţumit şi îşi poate face treaba în voie, atunci complexul nu e patogen.

Dacă eul nu se regăseşte în acţiunile şi dorinţele omului, acesta consideră că pasiunile reale îi sunt ascunse, atunci complexul e patogen şi produce nevroză.

Jung observase cum problematizarea complexelor la pacienţii lui producea uneori şi mai multă confuzie. Văzuse oameni care se lasă prea mult deprimaţi şi înclină să se îndoiască de ei în toate privinţele şi să considere că în cazul lor nimic nu mai este cum trebuie (Jung, 2007 a, p 163).

Îmi era clar că aveam un complex al perfecţionismului.

Aveam aşteptări idealizate, de perfecţiune, de la

mine şi de la ceilalţi. Nu prea le verbalizam. Mă rezumam la cinism, sarcasm, critici, învinuiri şi jocuri bolnave prin care încercam să-mi dovedesc perfecţiunea, în loc să mă apuc să fac lucruri adevărate prin care să îmi testez aşteptările de perfecţiune.

În spatele suficienţei putem descoperi uşor semne ale unui complex de inferioritate temător (Jung, 2007 a, p163).

Eu mă îndoiam permanent de mine, nu mă consideram niciodată suficient de bună. Dar voiam să fiu. Şi acest lucru mă incomoda, mă tensiona. Pentru că din frică nu îndrăzneam să fac mai multe.

Perechea dintre „pot orice dacă mă străduiesc" şi „nu sunt în stare de nimic" îmi dădea serioase bătăi de cap. Pentru că aveam aşteptări de perfecţiune de la mine şi ceilalţi. Care îmi favorizau şi nerăbdarea.

Presupuneam că pentru a fi perfecte lucrurile trebuiau să se întâmple instant.

Complexul perfecţionismului îmi oferea un sentiment că trebuia să fiu cea mai bună şi puteam face rapid cât mai multe lucruri bune şi respectabile.

Acel „să fac cât mai rapid" era una din sursele blocajului şi vinii.

Mă mai detaşasem de el, tot citit şi realizând că inclusiv marilor înţelepţi ai omenirii le trebuiseră ani de muncă, răbdare şi atenţie susţinută în a realiza ceva bun.

Din ciudă îmi pusesem problema că făcusem transfer pe agentul terapeutic.

Era tot o faţetă a perfecţionismului. Competenţele persoanei de la terapie mă nemulţumeau profund, nu îmi păreau suficient de bune pentru mine. Dintr-o inconştientă voinţă de a arăta că pot scoate un bici din rahatul terapiei mele continuam. Dar şi dintr-o inconştientă pulsiune de a-i arăta agentului că pot stăpâni explicaţiile psihanalitice mai bine ca domnia sa.

Citind despre transfer m-am împiedicat de conceptul de rezistenţă. L-am asociat cu al meu perfecţionism.

Freud spunea că în cura psihanalitică sunt mai întâi

explicate simptomele. Apoi scopul este descoperirea complexului, după expresia devenită indispensabilă a lui Jung. Aşa că travaliul se bazează pe descoperirea şi învingerea rezistenţelor, deoarece complexele se vor preda după ce rezistenţele vor fi cunoscute şi înlăturate (Freud, 2010 e, p 66 – 67).

După capul meu mă luptam cu o rezistenţă dată de complexul perfecţiunii.

În copilărie eu aveam impresia că părinţii şi bunica îşi doreau ca totul să fie perfect în acelaşi timp în care credeau şi „că merge şi aşa".

Tensiunea mea anticipa un viitor perfect. Eram de acord că cine doreşte să fie perfect este o imitaţie a perfecţiunii. În acelaşi timp simţeam că mai bine respingeam totul, ca să nu fiu un imitator imperfect.

Sau nu îmi mai dădeam strădania de a fi atentă, ca nu care cumva să fac dovada că nu puteam fi perfect atentă.

Dar corelasem atenţia cu dorinţa de a afla mai multe. Mă motivase Jung cu zelul său mitologic. De la dorinţa de a-mi stăpâni atenţia ajunsesem la voinţa de a mă stăpâni pe mine.

Încercasem parcă în van să obţin de agentul terapeutic informaţii şi tehnici despre cum mă pot stăpâni.

Îmi făcusem treaba mai mult singură cu al meu citit compulsiv.

Apăruse incidentul cu atârnatul de bară. Îl povestisem la terapie. Ajunsesem la încrederea în sine. Fusese cât pe ce să vatăm corporal agentul. Mă stăpânisem şi îmi luasem o mică pauză de la terapie.

Bunica era pe moarte şi mi-am spus că venise momentul să îmi trăiesc tristeţea şi doliul. Mă concentrez enorm pe moarte şi doliu. Observ că nu am traumă a pierderii.

Poate una a neîncrederii în mine, compensate de perfecţionism.

Ce altceva puteam face în afară de a-mi aborda

complexul la terapie?

Zic în treacăt de moarte şi doliu. Oricum mă vede că-s numai în negru. Îi dă cu „condoleanţe”, mă întreabă cum mă simt.

În doliu, cum să mă simt? Dar ăsta nu ţine de mine.

Pierderea e un eveniment major.

Haideţi. Dacă era aşa eram acum dărâmată. Dar am văzut că sunt în stare să fac ce trebuie fără să păţesc nimic de nesuportat. Am eu altele mai rele pe cap.

Povestesc agentului despre atenţia liber flotantă şi fricile mele că nu sunt suficient de bună orice aş face.

Desigur că nu menţionez nimic despre transfer.

Mi se vorbeşte despre *angoasa de performare* şi *iluzia perfecţiunii*. Aflu că *„bâţâiala mea apăruse şi ca să calmeze tensiunea de a nu vorbi bine”*.

Era o aberaţie. Începusem să mă bâţâi în solitudine, noaptea, şi îmi dezvoltasem vorbirea rapid şi corect.

Explic. Dar şi jelesc un pic fosta mea bâţâială, că îmi consuma timpul şi energia.

Iar are loc un dialog între orbi şi surzi.

Primesc îndemn la *atitudine proactivă, nu victimizare*. Şi eternul *din suferinţă învăţăm*.

— Dar cu atenţia liber-flotantă cum rămâne?

— *Poate fi atenţia de tip post-voluntar. Repetând de suficiente ori acţiunile. Prin expunere. Funcţia întreţine organul.*

Nu am curajul să pomenesc organul complexului perfecţiunii întreţinut de funcţia atenţiei deficitare, centrate doar pe gratificare.

— Adică acţiunea de a fi atentă îmi întreţine organul de a fi atent?

Atenţia liber-flotantă implică preschimbarea modalităţii de a mă raporta la stimuli. La aceiaşi stimuli reacţionez altfel.

Mi-o livrase la fileu.

Ce fac eu cu stimulii care îmi activează angoasele

perfecţioniste?

Încerci să îi interpretezi diferit.

Da, îmi lărgesc câmpul conştiinţei. Dar cum?

Printr-o atitudine adaptabilă faţă de aceiaşi categorie de stimuli dar şi de alţii.

Cum se modifică atitudinea?

Prin preschimbarea tipului de reacţie faţă de stimulii vechi, integrarea de stimuli noi.

E acelaşi lucru!

E o diferenţă între a vedea în alb şi negru şi a relativiza.

Ce este atitudinea?

E un mod de raportare la ceva, are elemente afective, motivaţionale, valorice.

— Bun şi cum îmi modific eu atitudinea faţă de bunica mea, avocata, perfecţionista de serviciu? Uite azi e 30 martie şi ar fi împlinit 97 de ani dacă mai trăia.

— *Contempli experienţa trecută şi dai dovadă de compasiune şi înţelegere. Accepţi că a avut părţi bune şi părţi rele. O ierţi*.

— Nu pot. Înţeleg raţional cum stă treaba cu iertarea dar nu pot să o simt. Sunt prea preocupată de a avea atenţia şi admiraţia tuturor, ca toată lumea să fie a mea. Din cauza bunicii cred că mă strădui enorm să obţin admiraţia pentru atributele mele intelectuale, pentru capacitatea de a ţine lucrurile sub control, de a ajunge acolo unde îmi propun. Vreau gratificarea intelectului, voinţei şi forţei mele. De aia vreau să trec peste angoasele perfecţioniste

— *Încerci să seduci prin masculinitate şi raţionalizare*?

— Posibil. Dar nici că mă preocupă cum seduc. Ci cum scap de ideaţia mea perfecţionistă.

— *Poţi să explorezi feminitatea*.

— Perfecţionismul e un mod de a face şi a fi ce nu are legătură cu masculinitatea şi feminitatea. Problema mea

nu e că nu sunt o femeie suficient de bună ci că nu sunt un om suficient de bun.

— *Rolul de gen are aportul lui în conturarea unei identităţi*.

— Nu mă interesează. Am priceput că perfecţionismul poate fi ajustat printr-o modificare de atitudine. E suficient.

Iar reuşise să mă înfurie. Îmi vâra pe gât feminitatea. Când pe mine mă preocupa competenţa mea umană! Citisem eu în Jung despre anima şi animus şi mai toate manifestările lor într-un individ. Masculinul şi femininul erau arhetipuri şi ideaţii interşanjabile. Îmi părea că nu existau chestiuni exclusiv masculine sau exclusiv feminine. Din perspectiva mea totul în afară de purtarea sarcinii şi organele sexuale diferite erau mai mult nişte invenţii sociale.

De care mă puteam folosi după bunul meu plac. Să mă fac mai femeie când o cere situaţia şi în rest să-mi văd de voinţa de putere, creşterea stăpânirii de sine, a rezistenţei şi a forţei.

Complexul perfecţionismului era ceva ce mă incomoda şi bloca în reuşita mea.

Persoana de la terapie reuşise să îmi dea un insight bun. Să am o atitudine diferită faţă de perfecţionism.

Puteam să nu mi-l mai iau aşa de în serios. Era o invenţie seacă a minţii mele.

Mă puteam folosi de ea cel mult în a încerca să fac lucrurile mai bine. În niciun caz nu era folositor să interpretez lumea din jurul meu printr-un filtru perfecţionist.

Uşor de spus. Dar greu de făcut.

În feed-ul meu de pe Facebook îmi atrăsese atenţia un post despre Marshall McLuhan. Era un filosof canadian specializat în teoria media.

I-am luat la puricat interpretările şi am găsit o informaţie cu care i-aş fi putut da peste nas agentului terapeutic.

Era felul în care McLuhan interpreta violenţa într-un video24 – *„violence is a quest for identity”*. Violenţa era văzută ca o căutare / anchetă / misiune a identităţii.

Ce ar fi avut de spus persoana de la terapie? Cum ar fi corelat violenţa misiunii identitare cu feminitatea?

Voiam să mă amuz un pic, să fac paradă cu iubirea mea de violenţă şi să fiu scutită de invitaţii la feminitate.

Ştiam eu ce era de făcut acolo, anume să mă aranjez şi să mă mişc niţel mai graţios. Să arăt frumos, ca o femeie adevărată. Astfel eram apreciată pentru atributele mele fizice, pentru interesanta-mi prezenţă feminină. Şi mi se permitea să fac mai tot ce voiam.

Vine şedinţa şi fac un bolnav joc. Povestesc cu mare emfază de McLuhan.

Îmi spuneaţi ceva de identitate data trecută. Uitaţi omul ăsta zice că violenţa presupune o căutare a identităţii. Identitatea presupune că trebuie să dovedeşti că eşti cineva şi de aceea devii violent; când oamenii îşi simt ameninţată identitatea devin violenţi. V-am zis despre îndemnurile bunicii mele de a dovedi că sunt cineva şi cum reacţionam eu la ele?

Mă ierţi, dar la câte mi-ai spus, nu am de unde să ştiu la care te referi.

La momentele acelea când făceam „ca toate visele”, refuzând să „stau locului, să fiu cuminte” şi „să scriu şi să citesc”. Îmi simţeam identitatea ameninţată!

Cum aşa?

Eu aveam nevoie să mă zbengui, să particip şi eu la activităţile oamenilor mari şi nu să stau locului.

Voiam să fiu recunoscută şi gratificată pentru ceea ce eram, nu pentru ceea ce puteam fi.

Ce puteai fi?

O fetiţă cuminte şi ascultătoare. Îmi era teribil de greu şi dureros să stau prea mult într-un loc, să mă mişc mai puţin şi să mă concentrez pe scris şi pe citit. Înţelegeam că trebuia să dovedesc că sunt cineva aşa că făceam tămbălău şi mai mare.

Combinasem iluzia perfecţiunii cu principiul plăcerii, o corelare întru un mecanism intens maladaptativ.

— Eu asta am fost învăţată, că trebuie să dovedesc! Ştiu că bunica a murit, eu sunt la vârsta maturităţii şi nu mai stă nimeni să îmi spună ce să fac şi să nu fac, am deplină libertate de alegere. Dar ce îmi doresc eu de la mine? Nu ştiu încă ce vreau să fiu! Poate e un tâmpit gând parazit, dar îmi dă de furcă de nu mai ştiu de mine.

Mă uit la agent. Pare a mă asculta cu atenţie fără să aibă o expresie anume pe chip. Continui discursul.

Mă tot gândesc la lupta asta cu mine şi cu terapia. De unde am pornit şi unde am ajuns. Uitaţi acum doi ani şi ceva, pe la început încă mă bâţâiam ca bezmetica. Ştiam doar că vreau să scap de idiotul tic. Am reuşit. După care am început, treptat-trepat să fiu mai atentă. Mi-am mai schimbat şi casa. Uitaţi acum stăm faţă în faţă la o masă. Nu eu pe canapea, tolănită, cu privirea în altă parte şi dumneavoastră pe un scaun, sau lângă mine pe canapea fără să ne intersectăm prea mult privirile.

Sunt toate lucruri bune.

Sigur. Dar eu vreau mai mult de la mine. Am ajuns la concluzia că îmi doresc să fiu mai puternică, să îmi stăpânesc instinctele şi agitaţia, să scot ceva bun din ele. Şi cum pot eu face asta? Stabilizându-mi propriul sistem etic, devenind mai conştientă de ceea ce este în jur, mai mulţumită şi mai sănătoasă. Dar prescripţiile din copilărie şi angoasele perfecţioniste mă termină.

Poţi să treci peste micile plăceri date de blam. Sunt condiţionate.

Iluzia perfecţiunii mă condiţionează!

Conţinuturile copilăriei pot fi recuperate şi integrate. Te împaci cu ele. Aşa pot avea parte de iertarea mea şi a celorlalţi.

Avea un stil bizar de a trece de la persoana a treia la persoana întâi. Aşa pe nepusă masă. Dar avea dreptate cu împăcarea. Eu eram eu şi ei erau ei. Puteam încerca să-mi văd de propriul drum.

Numai că tensiunea aşteptării şi pulsiunea de a cere gratificări erau de nestăpânit. Degeaba mi se vorbea despre „devenire aşezată şi treptată” şi „creştere graduală”.

Venea Paştele şi am intrat în vacanţă terapeutică. Mă îmbrăcam în continuare în doliu şi nici nu mai ieşeam la beţii.

Era cam dur. Nemairecurgând la obişnuita mea detensionare prin alcool mă luau pe sus toate angoasele mele. Voiam să scot ceva bun din mine.

24 http://www.marshallmeluhanspeaks.com/interview/1977-violence-as-a-quest-for-identity/ (accesat la 22.12.2015)

Dar nu ştiam cum, nu aveam un obiectiv clar pe care să îl ating, care să mă dinamizeze şi să mă facă să urgentez procesul stabilizării propriului meu sistem etic, să devin conştientă de ceea ce sunt şi să acţionez în conformitate cu ceea ce sunt.

Săream de la o idee la alta cu lejeritate şi tatonam cu diverse teorii şi reprezentări ale sinelui. Mă vedeam ba narcisică, ba dependentă, ba autistă, ba plină de voinţă şi resurse. Într-un moment mă consideram cea mai proastă prezenţă din curtea şcolii. Iar apoi rentierul samsar cu stofă de intelectual. Care va dovedi lumii că poate şi ştie.

Mă plângeam la familie şi prieteni că nu voi ajunge niciunde pentru ca ei să îmi confirme contrariul.

Cel mai bun prieten îmi spunea „tu eşti dracul gol, constituţie robustă, te adaptezi oricum când vrei ceva”. Mama cam tot acelaşi lucru, „te joci cu noi şi eşti atentă doar când îţi convine, nu ai găsit tu încă scopul şi mai faci nişte circ, dar eu am încredere că odată ce îl vei găsi nu te va opri nimic să obţii ce consideri tu necesar”.

Verişoara făcea mişto, mă îndemna să mă angajez şi să mă mărit „varăă-mea tu ai fost un drac de copil, dar nici acum nu mi-e ruşine cu tine, te poţi aşeza şi tu în rândul lumii, ia-ţi o slujbă şi mărită-te, dar până la urmă ştiu că tot ce vrei tu vei face, şi nimic nu-ţi va sta în cale”.

Cea mai bună prietenă era nemulţumită de calitatea terapiei, „eu nu văd nicio schimbare la tine, cred că ar trebui să faci terapie cu altcineva”.

Un alt prieten era de părere că „perseverenţa e cheia, dacă eşti mai perseverentă şi te străduieşti e bine, nu am de unde să ştiu ce ţi s-ar potrivi dar sunt convins că vei afla de una singură şi o să ajungi ce vrei tu să ajungi”.

O prietenă psihiatră mă dăscălea „îţi cauţi motive şi aliaţi ca să îţi vezi de ale tale, poate ar fi bine să schimbi felul în care faci terapie, să respecţi şi tu o autoritate, să-ţi găseşti un job”.

Iar un alt prieten îmi recomanda intens să mă angajez „tu nu ai la ce să te gândeşti toată ziua, ia bagă-te tu la 8 – 10 ore de muncă pe zi şi să vezi cum nu-ţi mai pui tu problema cine eşti şi unde ajungi, dar oricum faci doar ce vrei tu”.

Da, dacă mi-aş fi stăpânit ideaţiile perfecţioniste poate aş fi reuşit să fac şi să dreg.

Oricum mă simţeam mai bine, aveam mai multă concentrare şi reuşisem să-mi stăpânesc fumatul. Dar şi episoadele bahice, că aveam temeiul doliului.

Trec sărbătorile şi am terapie.

Încep prin a face un spectacol al auto-învinovăţirii.

Puteam să fi fost mai atentă la ceea ce era în jurul meu şi să-mi fi dat mai mult silinţa în a dobândi anumite lucruri. Puteam să mă fi apucat de terapie mai demult, să-mi fi aprofundat cunoaşterea limbii germane, să fi acceptat să fac kinetoterapie de la o vârstă fragedă, aşa cum mi se prescrisese şi să fi citit mai mult.

Mi s-a spus că *toate au loc la timpul lor şi nu are rost să mă învinovăţesc*. Notez în agendă şi continui.

Totuşi, mi-aş fi dorit să mă fi implicat şi eu mai mult în viaţa şcolară. Îmi pare rău că nu am dat mai deloc atenţie orelor şi temelor, am preferat să mă scufund în lumea mea imaginară, să mă bâţâi şi să fac în ciudă. Mă întreb cum aş fi fost dacă aş fi avut curajul să experimentez spiritul de concurenţă…

Concurenţa este agresivitate, competiţia înseamnă dezvoltare şi flexibilizare.

Agentul avea memorie scurtă. Mai demult îmi explicase că agresivă era chiar competiţia.

Dincolo de ce-o fi sau n-o fi competiţia eu am probleme şi nu le-am rezolvat la timp!

Acceptă ceea ce eşti! *Lasă trecutul concentrează-te pe „eu sunt”* şi *nu „eu aş fi fost dacă…”, „dacă şi cu parcă” nu au valoare*.

Avea dreptate. Veşnica pomenire a timpului pierdut era o parte dăunătoare a complexului perfecţiunii.

— Ce n-aş da eu să-mi flexibilizez gândirea şi să văd lucrurile aşa…

— *Relativizarea duce la expansiune*.

— Parcă facem fizică. Eu vreau doar să-mi investesc energia bine. Şi ea rămâne doar în potenţial, unul perfecţionist.

— *Energia potenţială neinvestită face surplus. Dacă nu e relativizată duce la frustrare şi agresiune*.

— Poate şi la somatizare.

— *Patologia somatică înseamnă doar reflectarea particularităţii dezadaptative la nivel fizic*.

— Haideţi să lăsăm somatizarea. Ia mai spuneţi-mi cu expansiunea aia. Prin ce se face.

Pot exista nişte catalizatori către primenire.

De mult nu mai spusese aşa o năstruşnicie. Se depăşise pe sine.

Ştiţi catalizatorii ăştia sunt cam complicaţi, ce fac eu pentru flexibilitate?

Nu ai răbdare, oferă celuilalt răbdare. Nu ai toleranţă, oferă celuilalt toleranţă.

Parcă îşi bătea joc de mintea mea făcându-mi un instructaj din reviste răsuflate.

Nu merge aşa. Altceva nu ar fi?

Îţi poţi alege o valoare către care să convergi aspecte, constant.

— Aha, dacă vreau perseverenţă bag nişte structurare şi dacă vreau flexibilitate trec peste perfecţionism. Da ştiţi că e al dracului de greu să îmi stăpânesc gândirea fantasmatică, să n-o mai las să facă aşteptare perfecţionistă cu mine.

Nimic nu e uşor pe lumea asta. Lucrurile nu se întâmplă cât ai bate din palme.

Mă şucărise cu ce îmi zisese despre concurenţă. Trebuia să-i demonstrez că se înşală.

Ştiţi eu nu resimt concurenţa ca pe un lucru rău. Lumea noastră se învârte în jurul capitalismului. Care are la bază concurenţa. O şi încurajează.

Am început să explic cum mecanismul concurenţei există din cele mai vechi timpuri şi cum mai totul se învârte în jurul concurenţei.

Prinsesem un avânt teribil, mai ceva ca un agent de vânzări care vrea să încaseze o primă. Voiam să conving de beneficiile concurenţei.

Dacă eu îmi deschid o firmă şi nu iau în calcul concurenţa, credeţi că o să am succes?

Activitatea comercială reuşită este cea care este îndreptată şi către confortul şi binele celuilalt.

Sigur există beneficiile economiei sociale. Kibbutz-ul25, gospodăriile extinse din România pot fi o pildă pentru transformarea economiei globale. Dar la concurenţă nu cred că se va renunţa, cel puţin cât trăim noi.

Se uita la mine fără vreo expresie. Mi-am dat seama că pierd timpul aiurea, nu mă aflam la un seminar sau curs ci la o şedinţă terapeutică. Îmi iroseam energia de pomană.

Mi-am amintit de ce îmi spusese profesorul coordonator din prima practică, acela care ne aplicase testul proiectiv.

Îmi explicase că nu ştiam să îmi folosesc energia. Observase că eram ba foarte agitată, ba apatică. Ori eram în hiperactivitate şi dinamică continuă, ori eram „placidă ca o bătrână de la ţară ce contemplă strada de pe banca

din faţa porţii”. M-a sfătuit să învăţ să îmi folosesc energia mai bine. Când mi-a spus toate acestea mie mi s-a părut tare amuzant (aveam 20 de ani) însă atunci în cadrul şedinţei terapeutice (aveam 27 de ani) nu mi se mai părea amuzant ci îngrijorător şi apăsător.

Mă simţeam în mare impas. Îmi părea că aveam nişte probleme clare şi nu le găseam nicio rezolvare.

Profesorul îmi punctase bine o limită. Persoana de la terapie mai multe.

Entitatea mai şi folosea de un limbaj care oscila între jargonul psihologiei, un discurs populist şi cuvântarea unui preot.

Nu făcea decât să mă ameţească şi să îmi activeze şi mai abitir complexul perfecţionist. Poate ăsta îi era stilul, să îşi bombardeze clienţii cu toate posibilităţile de rezolvare care-i treceau prin cap. Apoi să-i îndemne obsesiv să aleagă ce au nevoie, ce e potrivit pentru ei, ce îi „primeneşte”.

Opresc discursul concurenţei.

Vedeţi ce fac? M-am inflamat pe o chestiune care nu are legătură cu problemele mele. Îmi irosesc energia aiurea.

Da, eu te-am lăsat să te descarci. Dar mai mult de atât, poate în interiorul tău se prepară ceva, doreşti să îţi începi propriul proiect.

Păi ăla ar ţine doar de mine. Sigur, poate că aş cere nişte asistenţă tehnică unor oameni care se pricep la afaceri. Dar aici, în lucrul cu mine, cum îi ziceţi dumneavoastră, sunt alte puncte. Cum ar fi de exemplu că habar nu am cum să îmi dozez energia.

Ţine de alegerea ta cum o faci. Către ce o laşi să se dezvolte, să se investească.

Bine, dar nu sunt nişte tehnici prin care omul se poate concentra şi stăpâni mai bine?

Fiecare om e unic. Nu există reţete universale. E de datoria noastră să descoperim ce ne împlineşte, hrăneşte şi motivează.

Şi în cadenţă de hrană universală am terminat şedinţa.

În capul meu era evident ce mă hrănea. Voinţa de putere şi control. Numai că nu aveam gură să o spun constant la terapie.

Degeaba aşteptam metode prin care îmi puteam stabiliza încrederea în mine şi nu scâncete gângave ce aclamau nutreţul universal. Agentul încerca probabil să mă îmblânzească, să-mi dezvolte şi componentele mai puţin reprezentate, empatia şi iubirea dezinteresată.

Şi eu şi persoana de la terapie aveam propriile mori de vânt cu care ne luptam. Eu înfruntam discursul şi comportamentul nestăpânit al iubirii necondiţionate. Iar agentul se străduia să stingă un foc viu al voinţei de control.

Eu nu concepeam să mă fi lăsat de terapie până nu aş fi simţit că aş fi stors şi ultima picătură din omul pe care îl plăteam pentru a mă ajuta. Agentul mă intriga teribil cu toate bucăţelele de informaţie pe care mi le punea la dispoziţie. Pe unele le dispreţuiam, dar mă gândeam că nu degeaba studiase atâţia ani şi avusese reuşite terapeutice cu mai mulţi clienţi. Era poate o ideaţie tributară complexului meu al perfecţiunii.

Agentul îşi lua banii pe seama lui. Iar eu mă ameţeam. Şi mă înverşunam şi mai tare să scot şi untul din domnia sa. Deşi cea mai bună prietenă şi amica psihiatră începuseră să se îngrijoreze de-a binelea în privinţa competenţei persoanei cu care făceam terapie.

Poate că aveau dreptate. Dar mie îmi era imposibil să mă detaşez de plăcerea de a face o subversivă şi imprecisă critică a premiselor de necondiţionalitate sau a iubirii pure.

Mai bine mă apucam de Kant cu a lui Critică a Raţiunii Pure, să-mi vină mintea la cap. Să-mi văd raţionamentele imperfecte şi păguboase.

Ameţeală.

Organizaţie cooperatistă lucrativă autonomă (mai

ales agricolă) în Israel

Dar nu. Citeam Freud cu mare aplomb şi eram convinsă că aveam un complex al perfecţiunii pe care trebuia să-l stăpânesc în favoarea mea.

Nici cu Freud nu eram de acord. Lega pasivitatea de feminin şi pulsiunea de a acţiona de masculin.

Orice pacient de sex masculin trebuie să nutrească faţă de medic un sentiment de egalitate în drepturi, ca un semn al depăşirii angoasei de castrare; pentru ca nevrozele lor să treacă drept vindecate, toate bolnavele de sex feminin trebuie să termine cu complexul lor de masculinitate şi să se dedea fără ranchiună posibilităţilor de gândire ale rolului feminin (Freud, 2010 e, p 360).

Freud ar fi spus că am o angoasă de castrare fără temei. Mie însăşi premisa unei posibile castrări îmi părea fără temei. Poate Sigmund însuşi avea o refulată frică de micimea propriului membru.

Dar explica bine dinamica gândirii şi simţirii în baza conceptului de complex. Eu înţelegeam că trebuia să termin cu al meu complex de perfecţiune şi să îmbrăţişez posibilităţile de gândire ale flexibilizării, ale unei atitudini diferite de raportare la stimuli.

Voiam să nu mai las mediul să mă influenţeze în conturarea unei ideaţii perfecţioniste.

Poate doar avem un complex de inferioritate, supracompensat de un complex de perfecţiune. Şi ar fi fost indicat să îl citesc pe Alfred Adler26 şi să schimb terapia.

am avut suficientă critică şi vână în mine încât să o fac.

La şedinţa următoare m-am arătat interesată de flexibilizare. Apoi s-a desfăşurat o dinamică sforăitoare până la Dumnezeu şi înapoi în iad.

Cum credeţi că aş putea dobândi flexibilizarea?

Flexibilizarea ca alegere, în conştienţă.

Ce aş putea aduce nou în conştiinţa mea?

A ajuta necondiţionat, fără blam.

— De ce?

Se face un echilibru între plăcere (a ajuta) şi a nu blama (principiul realităţii).

Era culmea! îşi impunea propriile-i valori. Eu vedeam că a ajuta era o necesitate, o dovadă de altruism şi simţ moral. Însă nu o plăcere. Probabil doar agentul resimţea acordarea de ajutor drept o plăcere. De aceea îmi şi portretizase la un moment dat exemplul „aşa-zisei mame hrănitoare" care teroriza prin reproş. Era penibil iar eu nu puteam să-i zic verde în faţă că are probleme la mansardă şi i-ar trebui nişte spirit critic. Eram fraieră şi diplomată.

Nu înţeleg ce vreţi să spuneţi!

Sinteza ar fi aşa: fac necondiţionat.

Nu toată lumea poate şi nu toată lumea vrea. Există nişte limite.

Empatia nu are limite.

E greu cu o astfel de empatie.

— *Nu mai aştepţi să primeşti şi să absorbi.*

Nu prea cred că eu stau să aştept să primesc şi să absorb. Mai degrabă resping şi batjocoresc.

Respingi că apare supra-saturarea.

— Poate resping pentru că nu este suficient de intens şi bun.

Din lipsă de empatie ai nevoie de o concentraţie mai mare pentru a simţi ceva.

Poate am nevoie de mai multă inteligenţă, nu de mai multă empatie.

Cu ce diferă inteligenţa naturală, de cea artificială?

— E mai bună, dar mai capricioasă.

Are afectivitate. Empatia e o nevoie absolut umană.

Nu mă convinsese. Dacă spunea că are suflet poate credeam. Dar aşa nu făcea decât să susţină prosteşte empatia. Totuşi îmi încolţise ideea că poate aveam trăsături schizoide, de mi-o dădea atâta cu afectul. Ştiam eu că schizofrenia se caracteriza prin aplatizare afectivă.

Credeţi că lipsa mea de empatie e legată de o

posibilă schizofrenie?

Schizofrenia are propriul ei limbaj afectiv. Dezorganizarea limbajului şi a comportamentului sunt preponderente.

Da, nu le am. Poate am fixaţie anală de sunt aşa încăpăţânată în a nu empatiza. Ce componente afective are ea?

Inerţie-rigiditate, *structurare*, *persistenţă*, *avariţie*.

Ooo, dar din ce am înţeles structurarea e un lucru bun. Ce fac eu să nu mai fiu la voia întâmplării şi să mă structurez?

Voiam să zic controlez, dar m-am abţinut. Ştiam că nu-i place să vorbesc despre nesecata mea poftă de a controla. Mi-o bagateliza prin asocierea cu jocurile psihologice şi de control.

— *Adecvat ar fi să vorbim despre exerciţiul structurării şi nu neapărat la voia întâmplării. Una este la voia întâmplării şi alta este spontaneitatea*.

Pesemne voia să-mi spună că pot face o combinaţie bună între spontaneitate şi structurare. Dar se exprimase ca un schizofren. I-am venit în ajutor. Să nu mai zică că nu sunt empatică.

Psihoterapeut austriac, fondator al psihologiei individuale, ce evidenţia importanţa sentimentelor de inferioritate, a complexului de inferioritate, în dezvoltarea personalităţii (https://en.wikipedia.org/wiki/Alfred Adler, accesat la 27.06.2016)

Ştiţi eu cam pierd vremea cu spontaneitatea asta a mea. Mi-aş dori să mă structurez, să o folosesc cu cap.

Da e opoziţia dintre „pierde vremea” şi „foloseşte timpul”. Folosirea adecvată a timpului înseamnă afirmativitate.

Parcă bătea calul de trăgea sau o găină cu un lanţ cu afirmativitatea aceea. Mă bătea cu ea absurd şi pe nedrept. Avea o idee fixă, o băga ca pe o muscă în lapte. Dar ce puteam eu să-i fac? Uneori profesia ajunge să te spele pe creier.

Am început să povestesc despre un individ care studiase doi ani de psihologie şi tot nu se regăsea în nimic, lucra pe ici pe colo. Se reîntorsese în oraşul natal. Apoi se dedicase studierii literaturii universale într-un alt oraş. Revenise iar acasă. Tot nu se regăsea. Era cel mai mic, mai avea un frate şi o soră. Mama era profesoară şi era un fel de puiul mamei. Se credea traumatizat. Îl rugasem să îmi facă un desen al unui copac. Arăt desenul.

Am aflat că *„avusese o traumă pe la 10 – 11 ani”*. *„Prezenta un conflict între sensibilitate şi autoritate. Nu are încredere în sine, se subestimează. Nu comunică. Nu are un proiect personal. Plecase de acasă pentru că se săturase de conflictul cu părinţii. E inconştient şi demonstrativ. Comunică mai bine cu mama. Are o mască de inaccesibilitate ce ascunde o vulnerabilitate”*.

Îmi părea că mă aflu în faţa unui oracol care îmi citea tulburările respectivului individ. Chiar simţeam respect faţă de persoana de la terapie.

Acum îmi dau seama că erau cam acelaşi chestiuni pe care mi le aplica şi mie. Insinuase că avusesem traumă de la bolile tatălui şi de la doliul netrăit. Bătea moneda pe empatie şi iubire necondiţionată. Deci considera că eram de fapt sensibilă. Mă tot îndemna să vorbesc despre nevoi de parcă nu îi spusesem explicit că vreau forţă şi încredere. Insista să-mi fac proiect personal de construcţie. Dădusem de individuaţie, dar degeaba. Tot insista pe construcţia autentică în loc să-mi amintească de dizertaţie.

Ce să-i faci, uneori unde e carte multă e şi prostie multă, aşa cum spunea răposatul meu bunic de avea la bază doar o clasă primară.

Eu însă nu vedeam atunci şi mă umplusem de veneraţie. Poate inconştient simţeam că am în faţă o competenţă limitată. Căci am insistat să-mi spună ce mai vede în desenul copacului.

„Dificultăţi comunicare, dezlânare, e rudimentar, fără construcţie la nivel interior, se lasă la voia întâmplării. E

împrăştiat, nu îşi poate structura lucrurile, e sărăcăcios interior. Are dificultăţi de atenţie şi dificultăţi de a-şi stabili limite”.

Eram în admiraţie totală. Bineînţeles că mă comparam pe mine cu respectivul caz. Şi îmi spuneam că am interior bogat şi structurare.

E posibil ca agentul să îmi fi spus acele lucruri ca o proiecţie a ceea ce credea de fapt despre mine.

Poate îmi fi tot vorbise despre creştere interioară şi exprimarea emoţiei deoarece considera că sunt rudimentară.

Sau erau singurele interpretări pe care le stăpânea şi le aplica tuturor.

Ori născocise o interpretare pornind de la ce discutase cu mine înainte de a-i relata povestea acelui om. În ideea de a mă determina să-mi lucrez acele componente cu mai mult spor.

A reuşit să mă ţină atentă la ce zicea şi să-mi câştige respectul câteva zile.

Uitasem de prezumţia incompetenţei. Căci mă simţisem specială. Credeam că îmi dezvăluise informaţii complexe la care eu nu aş fi fost niciodată în stare să ajung.

Mă mâna al meu complex de perfecţiune, bată-l vina…

La câteva zile după aceea notam în agendă ceva cam fără de sens:

27.04.2012

Pot să am răbdare să devin ceea ce nu sunt sau pot să nu mai am răbdare să fiu ceea ce nu sunt.

Inconştientul meu probabil că se alarmase de la ce se întâmplase la acea şedinţă. Fusesem explicit invitată la empatie şi dăruire necondiţionată în condiţiile în care eu voiam stăpânire de sine, forţă şi putere.

Mi se tot prescrisese răbdarea. O şi voiam. Deci inconştientul meu înţelesese aşa: pot să am răbdare să devin empatică şi fană a iubirii necondiţionate. Adică ceea

ce nu eram (sunt). Sau pot să nu mai am răbdare să fiu ceea ce nu sunt. Adică să fac cruce în tavanul terapiei. Să opresc năuceala de a fi îndemnată să fiu ceva ce nu eram (sunt).

Evident că citesc rândul la terapie. Aştept o reacţie. Sunt întrebată *„ce vreau să spun prin acea înşiruire ermetică”*.

Încep să mă fălesc că nu mai am răbdare să fiu cum nu trebuie, să fac măscări, să fiu cu jocuri de putere, să fiu perfecţionistă. Fac circ.

Sunt îndemnată să *scriu un eseu despre rolul măscăriciului*.

Da, însă ce mă fac cu ale mele angoase perfecţioniste? Nu vedeţi că am complex patogen de perfecţiune?

Te uiţi la ele, încerci să le formulezi clar.

— Păi nu e clar?

— *Cum ţi se pare fraza pe care ai scris-o*?

— Cam vagă…

— *A ameţi pe cineva prin cuvinte înseamnă ambiguitate*

— Cum o înving?

Prin utilizarea cuvintelor potrivite care dau clarificarea la nivel interior şi o comunicare autentică cu ceilalţi, totul dincolo de ermetizare.

Cum îmi dau eu clarificarea interioară?

Printr-un cadru de referinţă potrivit resemnificărilor pe care le fac.

— Nu înţeleg ce vreţi să spuneţi, e cam ermetic.

— *Păstrarea într-un singur perimetru, pe o singură chestiune*.

— Adică să mă concentrez pe un singur lucru?

Da, aşa se permite concentrarea, atenţia, focusarea, flexibilizarea, aprofundarea.

Ehe, dacă mi-aţi fi spus astea mai demult când mă luptam eu cu atenţia. Bine nici acum nu-mi vine uşor să mă

concentrez pe un singur lucru.

Blamul nu dă voie la absolut nimic.

De ce?

Eu de fapt nu îl blamez pe celălalt, mă neg pe mine. Ce mă nemulţumeşte la mine de ajung să blamez.

Dar vai! reuşisem să scot persoana de la terapie din sărite. Îl băgasem pe „dacă mi-aţi fi spus”. Aş fi fost curioasă să aflu ce avea cu blamul, după care să închei terapia. Însă îmi era frică şi ruşine. M-am abţinut şi am dat-o pe mama.

Că o imit pe mama. Ce fac?

Accept stadiul de imitaţie. Apoi construiesc pe liberă alegere ce îmi este mie definitoriu, util.

Da ştiu o să spuneţi că a-mi fi util mie şi celorlalţi…

E ceea ce împlineşte în mod spiritual.

Probabil şi economic, funcţional, material…

Emoţional şi afectiv.

Am omis raţional!

Încep să râd. Nu-mi puneam problema dacă eram împlinită emoţional şi afectiv. Nu emoţiile îmi lipsiseră mie. Ci încrederea în voinţa mea de putere şi control. Voiam să fac ceva să-mi omor perfecţionismul cel prost şi blocant. Atât. Şi nu, nu consideram că voiam să fiu perfectă ca să fac pe plac sau ca să fiu iubită. Ci ca să deţin controlul, să fiu puternică şi respectată.

Dar na hal de terapie de nu respectă egoul clientului…

Drept e că voinţa de putere şi control poate fi corelată cu o voinţă de iubire. Dar aşa mai schilod şi cu negarea pulsiunii de putere a oamenilor.

De cum am zis de raţional mi s-a dat în cap.

Raţionalul este un mijloc, nu un scop, el este instrumentul.

Cum adică să fie raţionalul instrumentul? La fel de bine poate fi şi emoţionalul instrumentul. Unii oameni sunt prea emoţionali şi de aceea nu pot fi raţionali. Probabil că

la ei emoţionalul este instrumentul iar raţionalul este scopul. Poate că afectivul îmi întunecă mintea, de aceea intru eu în blam, blamul are o origine afectivă.

Agentul ia o pauză. Se uită în gol şi îşi învârte ochii de la stânga la dreapta. Are obiceiul de a face aşa de fiecare dată când îşi caută cuvintele, este pus în dificultate. Pesemne se debusolase să ia o gură aspră de realitate. După care revine.

Lucrul cu afectele, punerea lor în cuvânt este utilă în destructurarea orgoliului. Elementul afectiv este în inversă proporţionalitate cu orgoliul.

— Aici vă contrazic. Însăşi orgoliul este un afect şi toate afectele sunt trecute prin intelect atunci când le pui în cuvânt. Nu există o departajare clară între afectiv şi raţional.

A mai luat o pauză. Şi-a mai plimbat ochii puţin dintr-o parte în alta.

Există mai multe tipuri de inteligenţă…

Da, da am şi o carte, Inteligenţa emoţională a lui Goleman. Există mai multe feluri de a privi afectul şi intelectul.

Garner vorbea despre componentele inteligenţei, există inteligenţa de tip arhaic, de tip practic.

Da? Sigur am şi inteligenţă arhaică şi inteligenţă practică.

Inteligenţa arhaică presupune utilizarea unui element ce ţine de arhetipul maternal sau paternal, de inteligenţa non-verbală, pentru a crea starea de prietenie.

Sunt orgolioasă, aşa-i?

Orgoliul poate fi o variantă de pedepsire, de auto-pedepsire, întreţine blamul.

Era ca o placă stricată.

Şi ce-i de făcut?

Să lucrăm orgoliul, căci duce manipulare şi lipsă de empatie.

Descria ce încerca să facă cu mine. Mă manipula. Mă

îndemna către orgoliu şi îmbrăţişarea empatiei pentru că nu avea competenţa de a-mi problematiza coerent perfecţionismul. Comentariile mele îi activaseră propriul orgoliu.

Iar era o situaţie fără ieşire şi eu nu realizam.

Şi eu şi agentul ne vedeam în tihnă inconştientă de propriile rezistenţe şi transferuri.

Îi dădeam înainte cu terapia fără să pomenesc nimic de transfer. Din curiozitatea de a vedea până unde poate merge persoana de la terapie. Dar şi din aşteptarea ca acel transfer să se rezolve într-un fel sau altul.

Din păcate mă lăsasem prinsă în jocuri neghioabe şi uitasem cu desăvârşire de transfer şi complexul perfecţiunii.

Poate că însăşi persoana de la terapie găzduia un astfel de complex. Îmi zicea că era necesar să pun lucrurile în cuvânt cât mai simplu. Apoi se contrazicea pe sine, îmi vorbea pompos din diverse cărţi sau formări la care luase parte. Reacţia pe care o declanşasem cu orgoliul ca afect fusese excepţională.

Sau poate aşa ştia domnia sa să gestioneze un complex de perfecţiune. Prin recursul la orgoliu.

Cert e că am continuat terapia intrând într-o fază de puternică auto-învinuire. Nu degeaba mi se spusese că orgoliul era auto-pedepsire.

Mă ameţisem suficient cu balivernele agentului încât să mă îndoiesc şi mai tare de mine.

Tot zvâcul meu ivit din constatarea inexistenţei traumei doliului, apoi din sesizarea transferului şi a rezistenţelor se evaporase.

Eram influenţabilă. Nu eram capabilă să mă ţin de propriile-mi concluzii.

Poate şi pentru că mă programasem de la bun început să respect autoritatea agentului. Îi vorbeam constant cu pronumele de politeţe. Nu exista o relaţie de la egal la egal.

O vină indusă.

Mă simţeam vinovată că nu eram în stare să îmi gestionez orgoliul şi să nu mă mai auto-pedepsesc prin el.

La următoarea şedinţă am început să mă văicăresc de neputinţa mea. Subliniind cum fiecare din familie contribuise la formarea aşteptărilor mele perfecţioniste, a orgoliului şi a auto-pedepsirii.

Era o pistă proastă, tributară complexului de perfecţiune. Dar nici că mă puteam controla, să spun coerent că doream educarea complexului întru a obţine succes şi reuşită.

Am fost ascultată o vreme apoi mi s-a subliniat că responsabilitatea realizării de sine este exclusiv a mea, nu are de-a face cu mama, tata sau bunica şi nici cu domnia sa, a persoanei de la terapie.

Eu îţi sunt aici ca oglindă, responsabilitatea mea este să te oglindesc cât mai bine, nu să îţi dau reţete despre cum să devii. Tu eşti cea care alege şi conştientizează ce poate fi făcut.

Păi şi unde ar fi bine să ajung dacă terapia merge bine?

La responsabilitatea auto-realizării, a conştientizării de sine, să îmi valorific ce îmi este dat pentru a-i ajuta şi pe ceilalţi.

Iar băga discursul omeniei. Pe degeaba. Probabil îşi proiecta propria-i identitate în mine. Se considera poate o fiinţă hărăzită să ajute oamenii. Era corect. Un psiholog ajută oamenii. Responsabilitatea sa e să-i facă pe oameni să fie mulţumiţi, adaptaţi cu ceea ce sunt.

Poate o luase tehnic, pornind de la faptul că studiasem sociologia şi antropologia, care se ocupau tot cu oamenii. Dar nu vedea că a-i ajuta pe ceilalţi nu era principalul meu factor motivaţional.

Pesemne îmi judeca voinţa de putere şi control, nu o accepta, nu voia să mi-o încurajeze. O interpreta ca o parte a unei patologii. Se temea să nu ajung o fiinţă lipsită de scrupule şi de simţ moral.

Nu era cazul.

Căci faptele mele dovedeau că eram o fiinţă omenoasă. Nu ezitam să pun mâna şi să fac, să sar în ajutorul celor din jur. O făceam pentru că voiam, nu pentru că aşteptam ceva.

Îmi plăcea să ajut concret. Pe principiul ce-i de făcut. Drept e că eram destul de aspră. Nu puneam accent pe emoţii ci pe acţiuni. Poate agentul interpreta asprimea mea, lipsa mea de blândeţe ca ceva tiranic.

Şi considera că era de datoria domniei sale să mă salveze pe mine şi pe cei din jur. Se comporta ca şi cum voinţa mea de putere nu exista şi mă îndemna să fiu altceva.

Iar eu negam sentimentul că nu eram înţeleasă de persoana cu care făceam terapie. Din perfecţionism.

— Da, înţeleg că e bine să ajuţi. O şi fac. Dar cum valorific eu potenţialul?

— *Mă întreb constant „cum aleg?”, „când aleg?”, „de ce aleg?”, „ce aleg?”*

Notez în agendă şi plescăi a scârbă.

Cred că nimeni nu poate face aşa ceva. E robotic.

Există acest Jacques Salome, cu metoda E.S.P.E.R.E27, ce are la bază comunicarea autentică, medierea… Încerca să-mi distragă atenţia cu ceva mintos. Am sărit cât ai zice peşte.

Nu mă mai interesează medierea. Ştiu că voiam mai demult să mă fac mediator. Dar o ziceam de dragul mamei.

Mecanismul jocului de control cu mama poate fi observat şi gestionat.

Cum?

Puţin câte puţin, observ ce face şi cum reacţionez eu, mă abţin.

Da’ ştiu că am dat-o în bară atunci când am agresat-o. Dar am trecut peste… Sau nu. Poate chiar nu voi ajunge niciunde!

Îmi las ochii în pământ şi nu mai zic nimic. Mă copleşeşte o vinovăţie pustiitoare. La un an după acel

incident nu realizasem nimic. Nici cu mine, nici cu terapia, nici cu mama.

Ce se întâmplă cu tine? Ai ieşit din lucru.

Nu vedeţi că degeaba analizez. Căci nu se întâmplă nimic.

Energie Specifică Pentru o Ecologie Relaţională Esenţială http://www.jacques-salome.ro/ESPERE.htm (accesat la 28.06.2016)

alegere.

— Analiza şi sinteza sunt piloni ai dinamismul, ai atitudinii proactive. *Principiul plăcerii mă scoate din*

Iar principiul realităţii se pare că e o frecţie la picior de lemn în cazul meu.

Principiul realităţii conţine bucuria de a construi, de a mă simţi util, de a mă creşte, de a mă individualiza.

E o nebunie discrepanţa asta a mea între a-mi satisface plăcerile şi a-mi satisface idealurile perfecţioniste.

E ceva ce trebuie schimbat.

E un conflict, o sursă de anxietate, suferinţă şi ne-bine.

Vreau să uit de conflict!

Ce sens are uitarea?

Iar mă simţeam oribil, de toată ruşinea. Nici că am mai notat în agendă ce discutam. Nu-mi venea să cred că în urmă cu un an îmi agresasem mama. Deşi eram în plin „travaliu terapeutic”. De atunci nu progresasem cu mai nimic.

Am intrat într-o fază de închidere în mine. Din vină am uitat de perfecţionism şi incompetenţa terapeutică.

Preţ de două şedinţe am adus în prim plan agresivitatea mea şi incidentul cu mama. Am dobândit o informaţie utilă. Dar am mâncat şi braşoave.

Am aflat că *agresivitatea reprezintă componenta dinamică şi e necesară contextualizarea, operaţionalizarea ei*. Am simţit un mic zvâc de încredere. Care vasăzică

agresivitatea mea semnala că de fapt eram un om plin de resurse. Exact aşa cum intuiam.

Numai că nu mi-a fost susţinută încrederea în forţa mea. Iar mi-a fost vârâtă pe gât alegerea.

— *Ce aleg să fac cu dinamismul meu*?

M-a cuprins frica şi m-am angoasat că nu ştiu. Iar am primit îndemnuri la lentoare şi curăţire – *văzând şi primenind*, *treptat-treptat*. Degeaba am zis că mă voi strădui şi îmi voi concentra voinţa. Mi-a fost resemnificată strădania ca *efort*, *implicare*, *asumare*, *responsabilizare*.

Îmi venea să fac ceva pe ea de strădanie. Devenisem reactivă faţă de asumare şi responsabilizare. Erau conceptele cu care fusesem bombardată chiar înainte de a-mi agresa mama. Evident că nu-mi fuseseră de folos, din moment ce făcusem o asemenea oroare.

Nu puteam accepta că era posibil să-mi fi bătut mama din vina agentului terapeutic. Nu vedeam că fix înainte de incident mi se cântase oda asumării şi realizasem că îmi asumasem terapia însă nu şi un specific personal. Acest lucru mă dărâmase. Şi am dat furia pe mama în loc să o dau pe agent.

Ce să vezi? Repetam situaţia sub o altă formă.

Sub impulsul de a-mi soluţiona cumva îndoiala şi vina enormă pe care le simţeam am adus în prim plan o sintagmă ce îmi fusese adresată de câteva ori – *„ia-ţi altă mamă”*. Mă gândeam că dacă îi înţeleg mecanismul mamei voi trece peste conflict. De fapt nu făceam decât să o învinovăţesc.

Mi s-a spus că expresia denotă *„o aşteptare negativă a abandonului”*. *„Mama se teme că va fi abandonată şi ca să echilibreze tensiunea face joc de putere”*.

Picasem din lac în puţ!

Mă explic furios, cu un ton ridicat. Cum de fapt eu fac jocuri psihologice din cauza mamei, că o imit.

Domnia persoanei de la terapie se uită un pic la mine. Ia o pauză. Roteşte ochii de câteva ori de parcă ar fi intrat într-o transă. Apoi exclamă:

— Pe măsură ce voi scădea agresivitatea voi vedea la ce resurse am acces!

Fiind sub imperiul vinii credeam că aflasem calea succesului.

Am spus hotărât şi răspicat că aşa voi face, voi renunţa la agresivitate.

Intrasem într-un soi de manie. Mă vedeam că gata, mai aveam un pic şi scap de toate relele.

La câteva zile am plecat cu două prietene într-o vacanţă de trei săptămâni în Spania şi Portugalia.

A fost o experienţă plăcută. Numai că aflasem ceva de-a dreptul îngrijorător. Ambele amice erau de părere că terapia nu reuşise să facă nimic cu mine, eram tot agresivă şi impulsivă. Ele mi-au subliniat că oricum mă acceptau aşa. Şi mă sfătuiau să fac ceva cu terapia. Să o schimb sau să pun problema altfel.

Vine momentul terapiei. Povestesc cum a fost în vacanţă apoi mă plâng că nu fusesem în stare să nu mai fiu agresivă deşi îmi propusesem.

Sunt îndemnată *„să îmi asum vina şi apoi să mă iert pentru alegerile nepotrivite pe care le-am făcut”*.

Era de nesuportat să mă văd neînţeleasă şi incapabilă să fac ce îmi propuneam. Dar degeaba îmi doream tărie de caracter dacă persoana de la terapie nu pusese niciodată această problemă.

Bine, psihologia lucrează cu nişte termeni mai palizi, mai relativi, numai buni ca pacientul să proiecteze în ei.

Nu am avut prezenţa de spirit să spun că a-ţi asuma vina şi a te ierta e dovada unei tării de caracter. Eram obnubilată de reprezentarea propriei mele micimi.

Aşa de rău mă simţeam încât voiam să îmbrăţişez tot ce mi se spunea. Deşi sufletul meu dispreţuia ce notam şi mă forţam să îmi asum.

Mi se explica cum *„orgoliul e o formă fără conţinut, jocul aparenţei nu al trăirii autentice”*.

După mine orgoliul era un marafet tâmpit pe care trebuia să ţi-l stăpâneşti dacă voiai să ajungi undeva. Da

era la fel de autentic ca orice altă trăire. Trăirile sunt, există. Că sunt nepotrivite, neconforme, bune sau rele e altceva. Neautentică este o monedă falsificată. Sau o vulpe care se chinuie să fie oaie.

Eram îmbiată la morală creştină. Agentul afirma că *„iertarea vine odată cu iubirea”*. Eu credeam că fac psihoterapie, nu educaţie religioasă, dar îmi spuneam în van că voi iubi şi voi ierta.

Fusesem invitată să îmi fac un parcurs la finalul fiecărei zile. Adică să mă întreb *„Ce m-a bucurat pe mine azi*?”, *„Ce am făcut pentru bucuria mea*?”, *„M-am hrănit azi cu bucurie*?”

Probabil că agentul îmi văzuse faţa posomorâtă dată de deznădejdea mea că de fapt nu reuşisem nimic şi nu eram înţeleasă. Şi se gândise să îmi dea nişte îndemnuri numai bune pentru un sufletist depresiv.

M-am forţat să găsesc un rost îndemnului. Şi am explicat cum m-aş bucura dacă aş reuşi să fac cât mai mult şi cât mai bine.

Mi s-a explicat cum *timpul personal valorizat este un motiv de bucurie*. După care am fost încurajată la a mă concentra mai mult pe cei din jurul meu. *„E un vector al bucuriei să te bucure bucuria celorlalţi*!”

Era sărit de pe fix să-mi sublinieze un asemenea lucru, deoarece în mod evident eram un om cu poftă de viaţă. Petreceam, călătoream, aveam prietenii trainice de a căror valoare nu mă îndoiam.

Problema mea era că aveam un complex de perfecţiune care mă incomoda să am încredere în mine şi să îmi iau un scop de care să mă ţin cu dinţii.

Mă depărtasem total de ceea ce voiam eu să obţin de la terapie.

Vina îmi blocase mintea. Mă lăsasem spălată pe creier de ce mi se spusese. Câteva şedinţe am fost sub imperiul unei presupuse incapacităţi de a mă bucura.

M-am angrenat în nişte pologhii terapeutice lipsite de sens în care îmi deplângeam incompetenţa afectivă. Îmi

amintesc senzaţiile date de aşa-zisa mea afectivitate blocată. Furie, revoltă, regret, remuşcare, dispreţ, nelinişte, durere sufletească, dezamăgire, dezgust, silă, mâhnire, ură, frică. Care gravitau în jurul incapacităţii mele emoţionale.

Era o proiecţie a ceea ce simţeam faţă de lipsa mea de încredere şi hotărâre în a face lucruri respectabile şi pragmatice. Cum ar fi fost să îmi scriu dizertaţia.

Dorinţa de a mă stăpâni şi a trece dincolo de perfecţiune fusese înlocuită de un simulacru. Da, era o afectivitate circumscrisă unui complex de perfecţiune.

Într-un moment al plângerii, al auto-învinuirii mi s-a spus că *„blamul apare atunci când eşti înregimentat în iluzia perfecţiunii”*.

Era ceva valid şi pentru mine şi pentru agent. Eu ajunsesem să mă învinuiesc de incapacitate afectivă, când de fapt mă învinuiam că nu eram în stare să mă stăpânesc şi să fac ceva respectabil cu viaţa mea. Iar persoana de la terapie nu observa ce voiam, încerca să mă dezvolte emoţional.

Bănuiesc că dezvoltarea emoţională era iluzia perfecţiunii în cazul domniei sale. Terapia mea era un moft.

Poate că nu degeaba însăşi agentul îmi spusese că *„moftul e o categorie nerealistă şi poate fi o sursă a anxietăţii de performare”*.

Domnia sa îşi satisfăcea moftul unei terapii bune dat fiind că avea impresia că mă dăduse pe brazda dezvoltării emoţionale. Era ca ţăranul care încerca să bage soarele necondiţionatului cu oborocul iubirii în casa voinţei de putere a Viorelei Strat.

Iar eu aveam moftul terapiei care îmi susţinea frica de a nu mă apuca să fac nimic, nici măcar de dizertaţie. Terapia mea era ca un carnaval în acea perioadă.

Carnavalul este un ritual compozit (include elemente din alte clase ceremoniale), care instituie un interval de întrerupere a normelor sociale şi de performare a unor

activităţi simbolice în antiteză cu acestea (Coman, 2008, p 54).

Terapia se desfăşura la mine acasă. Ceea ce era din start o întrerupere a normelor legate de terapie. Regulat. Ritualul este ceva repetitiv. Apoi eu îmi întrerupsesem propriile norme. Din vină renunţasem la voinţa de putere şi încrederea în sine. Şi performam activitatea simbolică a dezvoltării emoţionale. Pe care o resimţeam ca fiind în antiteză cu tot ce eram. Aveam capacitatea de a simţi intens sublimul, de a experimenta sinestezia, de a-mi ascunde tristeţea întru a nu-i întrista şi pe ceilalţi. Mă contaminam uşor cu stările celorlalţi. Le şi înţelegeam.

Probabil nu puteam fi calificată drept nedezvoltată emoţional. Aveam doar parte de un carnaval terapeutic trist.

Carnavalul e organizat pe principiul râsului, solicită trăiri adevărate, triste sau fericite şi nimeni nu se poate simţi stânjenit în lumea multidimensională a carnavalului (Coman, 2008, p 222).

În logica agentului aş putea spune că aveam de-a face cu un carnaval neautentic. Mă simţeam din ce în ce mai stânjenită de îndemnurile pe care mi le adresa şi de incapacitatea mea de a rezona cu ele.

Bine că agentul a plecat în vacanţă şi am avut parte de o lună şi jumătate de realitate.

Am citit mult, am socializat, am fost prin ţară şi pe la mare. M-am epurat de indusa incompetenţă emoţională.

Forţă şi renovare.

Revin în forţă la terapie. Mă apuc să scot în evidenţă spiritul competitiv al celei mai bune prietene.

Apreciam faptul că ea era motivată în a-şi construi o carieră, în a-şi depăşi constant limitele şi a-i depăşi pe ceilalţi. Era medic chirurg plastician. Mă operase şi pe mine, îmi scosese trei aluniţe în urmă cu un an.

Agentul mă ascultă.

Mă prind a-i sublinia cum a mea prietenă se şi bucură de viaţă cu toate motoarele. Autentic şi cu voie

bună.

Exact ca mine, uneori bahic şi excesiv.

Apoi întreb ce pot face pentru a-mi însuşi spiritul de competiţie.

Persoana de la terapie face ochii mari. Ia o pauză. După care îşi plimbă niţel ochii dintr-o parte în alta. Era ce făcea când se afla în dificultate.

Pesemne îşi venea să se ia cu mâinile de cap văzând că revenisem la aceeaşi problematică. Sigur se gândea că regresasem pe vremea vacanţei.

Îşi drege vocea.

— *Vio, e o diferenţă între competiţie şi colaborare…*

Desigur.

Depinde cum am alipit stimulii. Competiţia e un răspuns la o situaţie socială. Depinde cum au fost construite aşteptările legate de acea situaţie socială.

— Sigur, eu am aşteptări catastrofice faţă de competiţie. Dacă dau greş? Cooperarea însă nu îmi dă bătăi e cap, mă pricep. Însă competiţia… Încă mi-e frică. Nu mai am răbdare să îmi fie frică!

Nerăbdarea e o stază.

Şi perfecţionismul meu e o stază. Merge mână în mână cu lipsa de răbdare. Vreau să am răbdare să fac lucrurile bine, nemţeşte. Să nu mai trag concluzii înainte să fac. Să am răbdare ca lucrurile să se desfăşoare, să se dezvolte. Să ies din „că va ieşi nimic”.

Ţine de atitudinea ta cum le vezi.

Da, cu o atitudine proastă nu am cum să fiu competitivă. Vreau să îmi dizolv aşteptările perfecţioniste fără temei. Una e să îţi dai silinţa ca lucrurile să iasă cât mai bine, să îţi aloci energia şi resursele întru a reuşi. Şi alta e să renunţi la a mai face ceva pentru că ţi se pare că lucrurile nu vor ieşi sau nu ies perfect. Una e să nu ai răbdare în a finaliza ce este de finalizat pentru că oricum ţi se pare cu un va ieşi perfect. Alta este să nu ai răbdare să lucrezi cu jumătăţi de măsură, pe apucate, într-un cadru ambivalent, nediferenţiat. Nu mai am răbdare să fac

lucrurile „cu jumătăţi de măsură”, să mă înhăitez cu ambiguitatea, nediferenţierea, orgoliul şi oamenii ce le îmbrăţişează.

Putem lucra amalgamarea.

Dacă ziceţi că are legătură cu perfecţionismul… Ce face ea?

Amalgamarea e supracompensarea unui lucru în detrimentul altuia.

Perfecţionismul îmi supracompensează lipsa de încredere în mine!

Poţi lucra staza perfecţionismului.

Mă abţineam să-i zic că nu toate muştele fac miere. Staza era deja răsuflată, o folosise de prea multe ori. Şi nu făcuse nicio miere cu dânsa. În afară de a mă înciuda şi a mă determina să îl citesc pe Freud.

Schimb subiectul.

Ştiţi, am visat azi-noapte un pieptăn. Ce credeţi că înseamnă?

Simbolul pieptănului s-ar putea referi la nivelare, echilibru, vanitate.

Adică ce am visat mă îndeamnă să mă fac cum trebuie. Cum să prind eu mai multă forţă în a a face, în a mă motiva?

Mă întreb care sunt valorile mele la nivel de mental şi trăire.

— Adică valorile existenţiale?

— *Dacă vrei le poţi numi şi aşa*.

— Vreau să am o pasiune!

— *Pasiunea vine din valoare*.

— Şi valoarea vine din pasiune, trebuie să admiteţi! Şi probabil îmi veţi spune că există pasiuni rele care strică interiorul şi pasiuni bune care hrănesc spiritual.

A început să râdă. Am început să vorbim despre te miri ce-ul din vacanţa mea şi am încheiat şedinţa.

Mă simţeam bine. Anticipam că găsisem o soluţie pragmatică pentru perfecţionismul meu. Să îl investesc

într-o pasiune. Nu aveam nici cea mai vagă idee care ar fi fost aceasta. Dar eram convinsă că aveam s-o găsesc.

Văzând şi făcând, cum de multe ori îmi spusese persoana de la terapie. Aşa aveam s-o descopăr. La câteva zile m-am hotărât să modernizez dormitorul cel mare.

Fusesem anunţată de administratorul blocului că izolarea termică gratuită asigurată de primărie va începe în următoarele zile.

M-a cuprins zvâcul renovării. În primul rând dintr-o raţiune pragmatică. Dormitorul meu, sufrageria şi bucătăria aveau deja instalate geamuri termopane, numai dormitorul mare şi al său balcon nu.

Directiva de la primărie presupunea şi instalarea termopanelor (acolo unde nu erau sau cele existente erau degradate) nu doar termoizolare exterioară cu poliuretan. Era tot gratis.

Trebuia doar ca proprietarul să îşi dea acordul şi să permită executarea lucrării în bune condiţii. Am sunat-o pe mama, ea era stăpânul în acte.

I-am explicat pe îndelete ce oportunitate mă lovise, să fie instalat geam termopan şi la dormitor, pe gratis chiar. Dacă tot se făcea mizerie şi harababură cu montajul geamului, de ce să nu profit de moment şi să renovez întregul dormitor?

Camera cu pricina era un depozit de lucruri.

Se prezenta într-o avansată stare de aglomerare împreună cu balconul din dotare.

Generaţii de troace, nimicuri, „ciuce, răcăciuni, răgălii şi sărăcii” (cum „alintam” eu lucrurile de prisos păstrate totuşi în ideea că „poate mai trebuie”) îşi dormeau prăfuitul somn înghesuind peste măsură spaţiul de locuit.

Erau grămezi de boarfe şi catrafuse, cum le alinta bunica. Saci cu moştrofoanţe28 cum le ironiza mama.

Cutii şi lăzi cu „lucruri care poate o să ne trebuiască”, cum le privea tata.

Trancanale comuniste şi bulendre capitaliste,

aşteptau în dezordine şi van să-şi găsească o posibilă utilitate.

Mă cam enerva că odaia era o magazie bramburită cu obiecte fără rost. Dar fusesem antrenată să o las în pace. Era fostul dormitor al părinţilor.

Mama mai dormea din când în când pe la mine. Evident că în acea încăpere. Îşi mai inspecta tezaurul de răcăciuni, le mai muta dintr-o parte în alta.

Eu mai stăruiam pe lângă dânsa că era nevoie să mai arunce din bazaconii, eventual să o ajut şi eu la rânduială. Dar mă loveam de un zid. Îmi sublinia că era dormitorul ei şi e de aceea trebuia să-l respect să îi las lucrurile acolo.

Cum directiva primăriei îmi dădea un motiv întemeiat, mi-am dat silinţa în a-mi convinge mama de necesitatea renovării.

Am reuşit chiar să o înduplec să mă lase să mă mut eu în dormitorul cel mare. I-am scos în evidenţă cum de trei ani camera stătea mai mult nefolosită. Şi că era bine să profităm de ocazia ce ne-o oferea primăria. Să facem lucrurile bine, să renovăm şi ultima cameră din apartament, să nu ne mai facem de ruşine cu dandanaua vechiturilor şi ponoselii.

Era o anevoioasă negociere. Îmi spunea că se simţea dată afară din propria-i casă.

A încuviinţat odată ce am promis că voi transforma dormitorul cel mic într-o cameră specială pentru ea.

De la acord au urmat alte tratative. În a o face să consimtă la firescul ordinii, al aruncării lucrurilor de prisos şi a înlocuirii mobilei.

Mai întâi m-a ajutat un bun prieten să scot toate boarfele din balcon. A fost de pomină. Am descoperit o sumedenie de zdrenţe, artefacte şi improvizaţii betege de pe vremea comunismului. Aspiratorul rusesc din 1960 bandajat cu scotch, scăunelele mele de la grădiniţă vopsite şi răsvopsite, fosta mea oliţă de noapte crăpată, şi revista Miracol tipărită la câteva zile după Revoluţia din 1989 erau inegalabile.

Totuşi oliţa, câţiva saci şi câteva cutii cu hanţe, reviste şi ziare au luat drumul ghenei.

Apoi mare parte din moştrofoanţe le-am dus chiar la mama, să se pronunţe asupra sorţii lor. Evident că le-a oprit pe toate.

Vine terapia şi fac mare paradă cu ce am făcut. Vorbesc şi în cuvintele agentului. Vânez toată gratificarea posibilă.

Nu doar că fac lucrurile cum se cuvine. Dar bănuiesc că renovarea asta are şi o componentă simbolică pentru mine. Mama mi-a permis asimilarea fostului ei dormitor. E un gest prin care îmi recunoaşte statutul de om mare. Mai mult, trec prin toate obiectele copilăriei. Am amintiri şi nostalgii. Şi pot pune în ordinea firească percepţiile mele interioare despre ele. Renovarea este un prilej de primenire şi dinamizare interioară.

Vio, e un lucru bun ce faci tu. Dar te rog să ai grijă cum îţi reprezinţi lucrurile.

Da, normal. Renovarea îmi creşte încrederea în mine.

Încrederea corelează cu locusul de control interior. Plasat în exterior necesită permanente reconfirmări.

— Aoleu, deci nu contează că mă lupt cu autoritatea mamei şi cu ataşamentele mele şi ale ei de obiecte.

Nu am spus asta. Doar te sfătuiesc să iei lucrurile cu mai multă lejeritate. Încrâncenarea nu aduce nimic bun.

Ba poate aduce. Şi înţeleg că trebuie să mă străduiesc ca să am lejeritate şi să fiu pe flow. Să nu mai caut confirmări şi gratificări. Da' ce să fac dacă am mare îndoială de sine? Încerc să mă stabilizez şi eu după puterile mele.

Poţi să îţi diferenţiezi nevoile şi valorile.

— Da, alea bune de alea rele. Numai că mă ia angoasa când mă gândesc la cine şi ce sunt eu dincolo de activităţile astea pe care le fac, dincolo de goana mea după confirmări şi gratificări. Nu prea ştiu şi mă înspăimântă. Sunt conştientă că profit de contextul izolării termice. Dar dacă s-a ivit ocazia, nu era să o scap. E un prilej de a-mi

pune la lucru dinamismul şi voinţa pe care le-am tot irosit în bâţâială şi fantasmări.

— *A plânge după timpul pierdut nu are niciun rost*.

— Da, îl recuperez acum. O să obţin gratificările şi confirmările cele bune, de care nu am avut parte în copilărie. Când „îl luam pe nu în braţe" şi făceam tot tărăboiul şi garagaţa29 pământului în loc să fi făcut ceea ce era firesc să fac.

Agentul îşi drege vocea şi mă întrerupe.

— *Mă pot concentra pe împăcarea cu mine şi cu ceilalţi*.

28 Pichiponţ, Moştrofonţ, Fârlifus *subst*. Creaturi imaginate de Dumitru Toma, în *Trei zile anapoda* (1988), păpuşi de cârpe colorate, cu câte patru braţe lungi şi caraghioase şi nişte picioare subţiri, greu de deosebit între ele:

„Un moştrofonţ este un pichiponţ mai mic decât un fârlifus".

„Pichiponţul este un fârlifus mai mare decât un moştrofonţ".

„Fârlifusul este un moştrofonţ mai mic decât un pichiponţ".

Sursa: http://www.jocuridecuvinte.ro/inexistente,htmpichi (accesat la 3.01.2016).

29 Sau Caragaţă = a face glume pe seama cuiva, a umbla cu păcăleli.

— Am şi eu nevoie de feed-back că fac lucruri bune. Că fac lucrurile potrivite. Pentru a-mi recadra acele reprezentări distorsionate.

Te exprimi cam vag, îl mai specifică.

Păi staţi aşa că nu am terminat. Vreau feed-back din ăla bun şi integrativ ca să mă pot departaja de ethosul meu de măscărici şi nihilist. Ştiţi cum negam eu radical mai toate valorile la începuturile terapiei noastre. Şi ce greu îmi era să înţeleg conceptul de valoare?

Se uită la mine fără vreo expresie şi dă din cap.

Continui.

Am cât de cât stabilă o încredere în ceea ce o să fac. Că o să trec de îndârjire, tensiune şi victimizare şi o să îmi integrez rostul meu pe lume. Dar, pentru a ajunge acolo, am nevoie să primesc o porţie zdravănă de confirmări şi gratificări pentru lucrurile bune pe care le fac.

Te sfătuiesc să priveşti cu mai multă luare aminte această nevoie. *Să văd în ce măsură provine din interioritatea mea, în ce măsură e imitaţie, în ce măsură e proiecţie, ce limite şi calităţi are*.

Nimic nu e autentic în mine, nu fac decât să imit şi să proiectez, nu am şanse să înaintez. Ce să fac dacă am crescut într-o ţară comunistă care pune accent pe acumulare şi gura lumii?

Sunt parte a grupului social dar eu ştiu cine sunt.

— Da şi cu părinţii, cu familia cum rămâne?

Se uită la mine parcă fără de expresie. Îşi plimbă iar ochii puţin. După care grăieşte.

Uite Vio…

Face o pauză. Îmi ia agenda.

Ce faceţi?

Ia un pix. Desenează un cerc. Îl împarte în două.

Cum ştii şi tu lucrurile pe lumea asta nu sunt niciodată doar rele sau doar bune.

Face un plus în dreapta şi un minus în stânga cercului. Mă uit contrariată. Mă aştept să scoată o schemă prin care să-mi explice dinamica gratificării. Sau să-mi fac arşice perfecţionismul cel prost.

Uite poţi să pui aici, (arată către minus) ce crezi că ai preluat şi nu-ţi convine. Iar aici (arată către plus) lucrurile de care eşti mulţumită că le-ai dobândit.

E cu dus şi întors. Orice lucru are aspecte pozitive şi negative. Uitaţi, de exemplu cicăleala pe care mi-a aplicat-o mama m-a scos din minţi, m-a făcut reactivă, dar poate mi-a dezvoltat şi spiritul de observaţie.

Da, poţi face un inventar al uneia şi aceleiaşi

componente plasată în context pozitiv şi negativ.

Făcea apologie tehnică cu mine. Se credea cumva la o evaluare de personal într-o firmă? Mă fac că nu aud şi continui.

Bunica era cu perfecţionismul. De acolo cred că mi-am dezvoltat eu moralitatea. Drept e că meritam mai multă susţinere din partea tuturor. Tata făcea şi dregea, nu băga prea mult în seamă pe nimeni. De la el am luat voinţa de independenţă.

Sentimentul de abandon poate fi recadrat în flexibilitate şi aici şi acum.

Îmi venea să-mi iau picioarele la spinare. Îmi inducea pe nedrept un abandon. Drept e că spusesem că meritam mai mult, apoi pomenisem despre tată. Deci poate dădusem de înţeles altceva. Nu conştientizase, sau nu voia să accepte că eu consideram tot timpul că merit mai mult de la toţi. Că mi se cuveneau toată atenţia şi susţinerea din lume. Nu mă pot abţine şi-i zic de dulce, aşa mai printre rânduri.

Ştiţi eu cred că merit mai mult de atât. Vreau să am încredere în mine! Nu cred că abandonul corelează bine cu încrederea.

Se face că nu pricepe. Sau chiar nu pricepe. Dat fiind că nu i-am zis verde în faţă – măi omule dacă vrei să mă ajuţi cu încrederea în mine nu-mi zici voalat că m-a abandonat figura paternă.

De la tată preluăm încrederea şi îl idealizăm.

Preluăm încrederea de la toată lumea. Iar eu mă idealizez pe mine. Ăştia ai mei mi-au pus la dispoziţie un haloimăs de identităţi şi obiecte contradictorii. Iar eu tre' să mă lupt acum să le scot la lumină pe alea bune.

Nu are sens să te revolţi.

Doar asta merită…

Mi-am înghiţit cuvântul. Voiam să zic „doar asta merită abandonul pe care mi-l vârâţi în suflet”. Tac. Tace şi persoana de la terapie. Îşi drege vocea.

Împăcarea cu trecutul este adesea anevoioasă, uite

există acest Adrian Nuţă 30, care vorbeşte despre psihologia copilului…

Da l-am notat.

Chiar scriu în agendă. După care încep să mă vaiet.

Păi uitaţi, chiar de doi bani nu sunt. Am forţă să fac o grămadă de lucruri. Şi mai şi rezist ca un săpător la beţie şi la lucru fizic. Numai că focul ăsta al meu, neliniştea şi hiper-activitatea mea, au tot fost puse la zid. Blamate cum aţi spune dumneavoastră. Şi acum mi se spune că sunt obositoare şi agitată deşi eu doar am energie în mine şi

30 Am căutat cine este domul acela abia acum. E un fel de psiholog spiritist cu un blog de îndeamnă la dezvoltare personală. E cam sforăitor pe alocuri. Dar mi-a atras atenţia că spune „elevii şi studenţii de nota 10 lucrează, în general, pentru colegii lor fără coroniţe, dar mai pragmatici sau creativi”. Poate asta se chinuia persoana de la terapie să îmi spună atunci.

http://www.adrian-nuta.ro/despre mine/ (accesat la 29.06.2016)

nu ştiu cum s-o folosesc. Încă. Dar voi învăţa. Şi ca să învăţ am nevoie de gratificări şi confirmări pentru lucrurile bune pe care le fac.

Poţi reflecta asupra noţiunii de limită.

Da? Să mă amărăsc dându-mi seama câte limite arbitrare şi tâmpite îndur eu zi de zi. De la toată lumea? Agentul oftează, după care trage aer în piept. Îmi dă senzaţia că ar suspina.

Nu Vio… *Delimitarea a ceea ce absorb şi a ceea ce nu absorb face parte din elementele încrederii. Eu aleg cât aleg din exterior, din influenţele parentale şi sociale*.

— Ooo hai că asta e bună. Adică ţine de mine cât vreau să iau în seamă şi cât să ignor. Eu sunt cea care controlează influenţa pe care o absorb sau nu. Ţine de mine şi de voinţa mea ce aleg să cred. Şi dacă mă ţin de ce am ales, dincolo de influenţe şi alte tâmpenii, atunci obţin încrederea. Da, e logic. Totul se rezumă la voinţă…

— Dacă tu vrei să pui lucrurile aşa, eu te susţin.

Eram satisfăcută. În sfârşit obţinusem o confirmare a putinţei mele. Mai mult, îmi dădeam seama că puteam respinge bine-mersi toate influenţele care nu îmi conveneau. Spre exemplu abandonul, doliul, emoţia netrăită şi toate găinăriile psihologice pe care mi le furniza persoana de la terapie.

Bine, ar fi absurd să neg valoarea pe care aceste prezumpţii şi complexe o pot avea pentru unii oameni. În special pentru cei traumatizaţi.

Eu nu eram traumatizată, deşi copleşitorul tic al bâţâielii putea fi uşor interpretat drept consecinţă a unei traume.

Dar de ce să îl văd ca traumă? Ce să fiu eu aia schiloadă şi beteagă sufleteşte? Nu dom'le! Era o deprindere greşită cauzată de un preaplin de energie şi cu asta basta.

Mă activase renovarea, prinsesem încredere. Aveam ceva de făcut, un scop clar.

Atunci când ştii unde vrei să ajungi nu stai să te mai încurci în traume şi alte explicaţii psihologice ale realităţii trecute. Te concentrezi pe acţiune şi pe lucrurile care ţi-o pot înlesni.

Mai pusesem pe goană din troace. Fusese montat geamul cel nou. Convinsesem lucrătorii de la primărie să îmi demonteze şi geamurile dintre balcon şi cameră. Pe gratis. Tocăria era din fier şi o puteau valorifica la un centru de reciclare. Aveam să am o cameră mai spaţioasă prin transformarea balconului în parte integrată a odăii. Vorbisem cu un meşter să începem reparaţiile şi zugrăveala la sfârşitul lunii septembrie.

La următoarea şedinţă explic cum a despica firul în patru în concepte psihologice nu este neapărat de folos. Mai ales în cazul experienţelor trecute. Căci poate aduce şi mai multă îndoială, ruminare în pomenirea timpului pierdut şi lipsă de motivaţie în a acţiona în prezent.

Mi se spune că mă pot concentra în jurul ideii de *„pot, ştiu, fac”*.

Îmi pare un funcţional adevăr. Încep să povestesc paşii pe care îi mai am de parcurs în reamenajarea viitorului meu dormitor şi a iatacului destinat mamei. Subliniez că renovarea îmi dă o senzaţie de vigoare şi forţă.

După care mă ia pe sus frica ipohondră că „voi da în primire", mă voi surmena, mă voi îmbolnăvi şi nu-mi voi putea duce treaba la bun sfârşit.

Sunt întrebată dacă mi s-a întâmplat vreodată să mă simt epuizată. Îmi dau seama că nu.

Agentul mă susţine, îmi zice că *„am dezvoltat inteligenţă corporală în urma lucrului meu de la kinetoterapie"*. Cică *„corpul nu are cum să dea greş, când am obosit mă odihnesc, când mi-e foame mănânc, când mi-e frig mă îmbrac"*.

Iar a *„oscila între neputinţă şi forţă extremă e un amalgam"*. *„Orice mecanism de apărare are la bază amalgamul şi clivajul"*.

Apoi sunt invitată la *„identificarea situaţiilor de amalgam şi clivaj"*.

Din nou bătea câmpii cu aceleaşi concepte obosite. Aşa că mă rezum la a face haz de necaz pe seama moştenirii mele de trancanale şi troace căreia trebuia să îi fac vânt rapid.

Pricepusem că a mă concentra pe ce pot, ce ştiu şi ce fac era reţeta optimă.

Scot şi ultimele ciuce din dormitorul cel mare. Mai rămăsese să golesc şifonierul şi noptierele. Acolo erau bunurile cele mai de preţ ale mamei, nu-mi permiteam să le pângăresc fără asistenţa ei.

Dulapul cel mare era vistieria cu bunătăţi prohibite mie în copilărie. Acolo erau bijuteriile, veşmintele cele bune, pijamalele cele noi, pantofii cu toc pentru petreceri, cravatele bune, papioanele, parfumurile, poşetele preţioase şi o sumedenie de odoare primite cadou şi puse bine la păstrare.

Mai avea şi patru sertare mari ce găzduiau lenjeriile

de pat şi o sumedenie de nimicuri ce îmi păreau extrem de interesante – brichete, portofele, mănuşi, sticluţe, ceasuri, un binoclu mic de operă, argintărie, ace de cravată, pixuri, stilouri, ciorapi de plasă, mărgele şi alte ciuce demne de a fi în vitrina unui magazin cu vechituri.

Îmi era strict interzis să scormonesc în acel dulap. Mă fascina enorm. Pândeam momentele când mai era deschis. Atunci pătrundea un miros tare plăcut în cameră, un parfum specific, unic. Vistieria era garnisită cu levănţică, multe săpunuri şi pachete de ţigări.

Stăruiam pe lângă mama să îmi arate ce are în dulap. Nu avea niciodată dispoziţia să o facă până la capăt.

Rămăsese un mister.

Desigur că scotoceam adesea în lipsa ei. Mă costumam cu straiele ei cele bune. Îi şi rupsesem un şirag de mărgele. Deşi aveam grijă să pun totul la loc, îşi dădea seama de fiecare dată că-i umblasem la odoare. Aşa că nu-mi permisesem niciodată să scot chiar tot conţinutul şi să desluşesc toate tainele păstrate acolo.

La opt ani, în urma unei scotoceli aplicate noptierelor aflasem un mare secret. Găsisem copia buletinului mamei şi a unui certificat de adopţie. Bunica Arghiropol, avocata perfecţionistă era de fapt mătuşa mea, sora tatălui mamei mele. Care era bunicul de la Constanţa. Nu-mi pusesem niciodată problema faptului că aveam trei perechi de bunici. Ştiam din poveştile bunicii avocate că fusese căsătorit cu misterioasa Eugenia, care murise la naşterea unchiului meu Nelu. Atunci am realizat că acea femeie era de fapt bunica mea, iar unchiul era fratele mamei.

Dar ce, o cunoşteam eu pe dânsa? Petrecuse ea timp cu mine? Nu. Aşa că bunica tot bunica rămânea. Mai ales că nu era chiar o străină, aveam şi sângele înrudit.

Mi-am spus că trebuie să-mi ţin gura că altfel o voi păţi. Am spus că ştiu că mama fusese adoptată de mătuşa ei abia după ce îmi făcusem şi eu primul buletin la 14 ani. Întregul neam se arătase impresionat de „calităţile mele de detectiv” şi „tenacitatea de a păstra un secret doar pentru

mine”.

am simţit bine.

Dar peste frica de a scoate tot din dulap şi noptiere nu am trecut niciodată. La maturitate umblam des prin ele, îmi pusesem şi eu rochiile de petrecere în dulapul mamei, ca să miroasă şi ele frumos.

Chiar reuşiseră să mă antreneze în respectarea şifonierului. Aşa că am chemat-o pe mama să îl golim împreună.

A fost o experienţă fantastică. Am putut contempla şi ultimele comori ascunse – nişte tacâmuri ruseşti de argint, o căciulă de nutrie, o iconiţă veche de argint, săpunuri Lux din anii ’70, un pachet de cafea Alvorada, mai multe pachete nedesfăcute de Kent, BT, Carpaţi, Snagov, Cişmigiu şi Pescăruş.

Şi mama s-a arătat surprinsă de toate acele pachete de ţigări. S-a justificat că pur şi simplu uitase de ele. Iar eu mi-am propus să le vând colecţionarilor de astfel de odoare comuniste. Ceea ce am şi făcut. Desigur, am păstrat câteva întru amintirea gloriosului trecut socialist al familiei.

Am mai găsit şi factura prin care mama cumpărase setul de mobilă pentru dormitor, în primii ei ani de muncă ca medic stagiar. Aşa am aflat piesele erau stil art-deco, confecţionate în perioada interbelică şi aparţinuseră unor evrei.

Am râs mult cu mama. Dar m-a şi surprins atitudinea ei duplicitară. Ba îmi spunea că puteam face golirea de una singură şi puteam arunca tot, să „facem ordine şi curăţenie aşa cum trebuie, o dată pentru totdeauna”. Ba sublinia că lucrurile erau de valoare şi trebuia să le păstrăm.

Am făcut mai mulţi saci cu ce era de aruncat şi ce de păstrat. Iar la sfârşit mama a mai luat la mână încă o dată conţinutul sacilor destinaţi tomberoanelor de gunoi. A oprit nişte ciuce, le-a luat acasă cu ea, din teama ca nu care-cumva să „mi le arunci din viteză sau ciudă”.

O ironizez. Se legitimează că aşa e ea, „uneori schimbătoare şi extremistă”. Bravo ei, îşi acceptă limitele,

semn de maturitate. Pildă că pot face şi eu la fel. Povestesc la terapie despre tensiunea mamei legată de golirea şifonierului.

Aflu că *„tensiunea apare din nerecunoaşterea* unei *nevoi, supradimensionarea unei aşteptări, a unui joc psihologic*".

am chef de gargară psihologică aşa că mă rezum la a relata cu mare poftă despre fascinaţia mea pentru dulap. După care subliniez că vreau să fiu susţinută în a-mi accepta limitele. Surprinzător, agentul îmi spune că are convingerea că voi reuşi şi că are încredere în mine.

Pesemne că fusese distrat de povestea mea. Era în toane bune.

Îmi văd de misiunea modernizării iatacurilor de dormit. După capul meu tot setul de mobilă din odaia cu balcon era nefuncţional. Masiv, din lemn de cireş şi lămâi, ocupa prea mult loc în cameră şi oferea prea puţine spaţii de depozitare.

Nu se potrivea unui apartament cu trei camere de 63 de metri pătraţi. Ar fi mers într-o casă mai mare. Cum aflasem că era relativ preţios, am încercat să-l vând. Am bătut mai multe anticariate şi case de licitaţii, l-am pus pe mai multe site-uri de comerţ internautic. Spre oroarea mea am fost înştiinţată că dacă nu avea semnul atelierului ce îl executase pe fiecare unitate, atunci valoarea îi era discutabilă.

Nu îl avea. Îi povestesc mamei şi îi sugerez că am putea dona mobila. Nu agreează, insista că era dormitorul ei de suflet. Schimb optica. Încerc să-l recondiţionez, era cam ponosit şi obosit. Mă costa mult mai mult ca achiziţionarea un set nou, de calitate medie.

Convin cu mama să renunţ doar la dulap şi pat. Păstrez restul – noptiere, oglindă, o comodă şi un scaun.

Nu am vreme să o chem pe doamna Tica, femeia care mă scăpase cu un an în urmă de mobila veche a sufragerie. Căci venea ziua mea. Împlineam 28 de ani.

Fac sărbătoare mare la mine acasă. În stil vechi, mă

inspirase demenajarea vistieriei. Fac şi un playlist cu şlagărele epocii de aur. Invit nouă prieteni, fac platouaşe cu gustările tip perioada copilăriei. Dar gătesc şi ceva mai rafinat, curcan cu mere şi stafide, tort de nucă şi ciocolată. Cumpăr multă băutură, în special vin.

O chem şi pe mama. Am parte de o aniversare frumoasă. Pe final rămânem cinci oameni. Sub influenţa lui Bacchus ne decidem să continuăm petrecerea în oraş. Voiam mai mult antren, muzică şi dans. Nu se făcea să-mi deranjez vecinii într-o noapte de duminică la ora două. Îi intoxicasem suficient cu Mirabela Dauer şi Bună Dimineaţa Soare31. Fusese hitul petrecerii şi ajunsesem să îl cântăm în cor.

După mai multe plimbări şi cântece pe străzile şi prin cluburile goale ale Centrului Vechi ne oprim în Goblin, un club de puştani. Era singurul populat şi cu atmosferă.

https://www.youtube.com/watch?_v_=_xFzEIP6_noJG (accesat la 30.06.2016)

Îmi căşună pe un tinerel. Îl abordez. Sfârşesc prin a-l lua cu mine acasă. Spre surprinderea mea se dezvoltă o relaţie. Mă înţeleg tare bine cu dânsul, în pofida diferenţei de opt ani. Îmi zic că e cadoul pe care soarta mi l-a dat cu ocazia aniversării mele. Omul e blând, spontan, hazos, inteligent şi frumos. Şi pare că mă înţelege şi acceptă aşa cum sunt. Îmi dă o stare de calm şi încredere în mine.

Mă ajută şi cu renovarea. O chem pe coana Tica. Dulapul e cel mai complicat de dovedit, greu ca o piatră şi alcătuit din părţi şi subpărţi. Noroc că doamna venise cu soţul şi copii.

Persoana de la terapie nu e deloc încântată de noua mea relaţie. Îmi spune că îmi favorizez jocurile de control. Îmi şi subliniază subversiv că nu-mi accept feminitatea. Mă stârneşte la un discurs despre puritatea iubirii tinere. Expun cu mare emfază cum omul e blând, empatic, nu face distorsiuni şi am ocazia să învăţ de la dânsul cum stă treaba cu emoţiile necondiţionate şi afecţiunea.

Îmi pare că am reuşit să o conving de utilitatea

relaţiei. Aşa că îmi văd satisfăcută de treabă.

Vine meşterul şi începem renovarea. Muncesc cot la cot cu el. Cumpăr pat şi dulap. Terminăm prima cameră. Ne ajută şi tânăra speranţă a iubirii. Pare că îmi este dedicat. Îmi place.

Când să mă apuc de cea de-a doua cameră meseriaşul se dă lovit de o nouă lucrare. Mă ia angoasa deşi omul îmi promite că într-o săptămână revine şi terminăm.

Îmi vărs amarul la terapie. Mă jelesc cu o destoinicie de neegalat. Aflu că *„răbdarea presupune a avea înţelegere pentru celălalt”*.

Şi cum înţeleg eu obiectiv răbdarea?

Laşi să curgă înţelegerea, starea de prezenţă.

Cum?

Printr-o *coerenţă a utilizării conţinuturilor*.

— Haideţi că ne învârtim în cerc cu argumentaţia asta.

Vio, e vorba de a avea capacitatea de a te pune în galoşii celuilalt, şi de a-ţi adapta propriile nevoi.

Aha, o flexibilizare. Dar curgerea aia îmi pare ceva mistic. Cum laşi să curgă?

Momentul în care laşi să curgă, înţelegi. Şi în timp ce laşi să curgă apare răbdarea. Să fii constant cu tine însuţi în a observa, a te observa şi a nu privi din perspectiva etichetei.

Mă omoară curgerea asta, nu o înţeleg. Ce presupune? O să ziceţi stare de prezenţă. E cam tot aia. Poate o fi relaxarea şi detaşarea de care omul are nevoie în a privi chestiunile obiectiv, în a înţelege şi a influenţa realitatea astfel încât să obţină ce doreşte.

Răbdarea în a manipula nu e autentică. E componentă agresivă.

Da, încerca să mă manipuleze pe mine întru a mă face o oaie. Notez, aprob, după care încep să mă fălesc cu instinctele mele bune. Subliniez că dacă simt anumite

lucruri despre oameni sau situaţii de cele mai multe ori am dreptate. După care mă înciudez că nu am curajul în a-mi da crezare instinctelor de fiecare dată.

Fac fanfaronadă şi primesc îndemnul de *„lângă instinct şi starea ancestrală pune şi starea de prezenţă”*.

Aha, deci trebuia să-mi cresc şi mai mult câmpul conştiinţei.

Cum aveam un timp mort în renovare m-am apucat să citesc Iluzia Utilizatorului de Tor Nørretranders.

Mă intrigă să aflu că simpla *idee a existenţei unei exterioritǎţi este adevărata sursă a angoasei* (Max Horkheimer şi Th. W. Adorno, *Oplysingens dialektik*, Copenhaga, Gyldenal, 1972 în Nørretranders, 2009, p 315).

Vorbisem de aproape o dădusem în bâţâială de „interiorul meu ce se necesită a fi primenit”.

Consideram că pe mine mă angoasa faptul că nu eram în stare să mă confirm de una singură într-o măsură mai mare decât mă angoasa faptul că există o exterioritate. Voiam să-i dau peste nas agentului.

Eventual să-i şi explic că perfecţionismul meu era o modalitate prin care mă apăram de angoasa existenţei unei exterioritǎţi.

Că era angoasă sau nu, Tor arăta că *în nu mai mult de cinci ani, fiecare atom din organismul nostru ajunge să fie înlocuit* (Nørretranders, 2009, p 317). Deci dacă şi corpul meu era în permanentă schimbare, atunci se putea ca şi angoasa să fie susceptibilă schimbării. Să o transform şi ajustez în ceea ce trebuia, în direcţia bună.

Câteva pagini mai încolo danezul explica că *viaţa se caracterizează prin ordine. În miezul unui colosal curent de atomi şi energie, se constituie o formă, identitatea acesteia fiind menţinută, în ciuda faptului că toţi atomii sunt în mod constant înlocuiţi. Formele stabile apar într-un ritm fluid* (Nørretranders, 2009, p 331).

Aha, poate agentul nu bătuse câmpii aşa rău cu povaţa de „lăsa lucrurile să curgă”. Mi-am spus că pot să

ajung şi eu să funcţionez într-un ritm fluid, fără să mă mai blochez în felurite reprezentări şi feluri de a fi şi a face distorsionate. Fără să mai zăbovesc în tărâmul unui perfecţionism îngheţat.

Perfecţionismul înseamnă ordine, însă o ordine fluidă, ce se adaptează contextului şi situaţiei.

Perfecţionismul nu înseamnă să vrei o ordine îngheţată, ci să vrei ordine adaptabilă la dinamica lumii.

Am citit că *lumina soarelui constă în radiaţii extrem de bine organizate care ajung pe Pământ şi sunt utile pentru construirea structurii în fiinţele vii* (Nørretranders, 2009, p 332).

Mi-am dat că eu nu pot fi extrem de bine organizată ca soarele. Însă puteam vedea buna organizarea soarelui ca pe un ideal-tip la care să mă raportez în a mă organiza şi ordona. Să mă inspire soarele cu dinamica şi organizarea lui, chiar dacă era evident că nu puteam fi asemeni lui.

Am înţeles că e inutil să sper că voi fi vreodată ca idealul, dar îmi puteam da silinţa în a mă organiza mai bine.

Eventual să acced şi la starea daneză de hygge. Un cuvânt ce descria sentimentul de fi fără de interdicţii şi încrezător în compania celor de lângă tine (Nørretranders, 2009, p 400). Era explicat ca bună-dispoziţie şi confort (Nørretranders, 2009, p 437).

Traducătorul cărţii, Laurenţiu Staicu, era de părere că danezii urmăresc mai degrabă hygge şi nu fericirea.

Era o perspectivă interesantă prin moderaţia ei. Eu vedeam fericirea drept ceva năvalnic şi intens. M-am dus cu gândul la enantiodromie, la unitatea contrariilor portretizată de Jung.

Îmi propusesem să asociez ordinea şi disciplina cu bună-dispoziţia şi confortul. Mai ales că îmi disciplinasem casa.

Bine, mai aveam de ajustat iatacul cel mic destinat mamei.

Însufleţită de dovada disciplinării mele, un dormitor modernizat în a fi mare şi ordonat, invit persoana de la terapie să îl vadă.

Îi explic şi de hygge. Şi spre mirarea mea, subliniază cum camera îi oferă o stare de confort şi bună dispoziţie. Mai mult de atât nici că îmi putea dori de la domnia sa.

Totuşi era acolo nu doar pentru a-mi ranforsa încrederea în mine ci şi pentru a mă ajuta să mă transform mai bine. Îi dau înainte cu perfecţionismul şi organizarea soarelui.

Sunt sfătuită să acord atenţie pornirilor mele extremiste.

Era un pont valid. Trebuia să fac cumva în a le stăpâni mai bine, în a scoate lucruri bune pe seama lor.

Agentul găseşte de cuviinţă să-mi mai prezinte o dată tipurile psihologice ale lui Taibi Kahler. Era cam plictisitor. La un moment dat apare o informaţie nouă a dinamicii promotorului – *acumulează diplome, se vrea a fi lider de grup, poate deveni tiran, reproşor, exploatator pe principiul „scopul scuză mijloacele”*.

Oho, eu nu aveam încă diploma de master. Mă înciudez. Curios, nu mai simt un nod în stomac. Afirm în faţa agentului că poate o să îmi scriu şi lucrarea după ce o termin cu renovarea.

Sper să am şi răbdare.

Mi se spune că *„răbdarea înseamnă şi minimalizarea moftului şi a principiului plăcerii”*.

Da, poate. Conving agentul să îmi dea o pauză de la terapie. Era aprobe de mijlocul lui octombrie. Perioada ploioasă bătea la uşă. Când e frig şi umed e cam nepotrivit să cari mobilă, să vopseşti şi să finisezi pereţi.

Reuşită şi zvâc de lucrare.

Am finalizat tot demersul de reamenajare şi renovare chiar cu o zi înainte de aniversarea mamei mele (27 octombrie). Împlinea 64 de ani. Îmi dăduse camera ce mare, merita o atenţie specială. I-am pregătit un tort şi am luat şi bilete la teatru.

La Bulandra se juca piesa Mamouret. Îmi părea a fi o piesă numai bună s-o destindă pe mama. Povestea se ţesea în jurul unei bătrâne doamne, ce urma să împlinească 100 de ani. Era dinamica unei bătrâneţi vioaie şi ludice.

Actriţa principală era Tamara Buciuceanu Botez, o damă „cu greutate”, plinuţă, exact ca şi a mea mamă, care o şi aprecia. Cică Tamara avea să interpreteze un rol de excepţie: „Temperamentală şi lucidă, manevrează vieţile celor din jur, plină de bune intenţii îi şantajează la nevoie şi obţine tot ce vrea de la ei. Rolul îi prieşte Tamarei Buciuceanu care ştie să conducă spre schimbările de situaţie şi stoarce comedie din orice” 32.

Aşa cum mă aşteptam piesa i-a mers la suflet mamei, a râs cu lacrimi, a fost tare încântată de gestul meu.

M-am simţit tare mulţumită.

Şi pentru că tot făcusem atâtea lucruri bune – terminasem casa şi o serbasem cum se cuvine pe mama, am găsit de cuviinţă că trebuie să mă gratific singură.

Aşa că după piesa de teatru am ieşit în oraş. Mi-am luat tânărul de mână şi am făcut un pelerinaj prin diverse cluburi. Am tras o beţie straşnică.

N-o mai făcusem de la ziua mea, avusesem treabă cu casa, nu mai era loc de aruncat timpul şi banii pe boroboaţe bahice.

Mi-am zis că merit şi eu să mă relaxez. Mai ales că simţeam că aveam de înfruntat o nouă tensiune, afurisita de dizertaţie.

Nu îmi amintesc cum am ajuns acasă după pelerinajul meu prin cluburi. Cert este că am ajuns şi m-am trezit cam mahmură.

Am scăpat repede de uşoara durere de cap cu un mic dejun (deşi era trecut de doisprezece ziua) copios şi o aspirină. Însă mă cam apăsa o vină. Nu eram mulţumită că băusem ca un miner întru a sărbători casa şi mama.

M-am gândit că aş fi putut să mă duc acasă când încă aveam mintea limpede. Cum ar fi fost să fac hygge şi nu intensitate carnavalescă?

Cum reflectam eu aşa la a sărbători cumpătat, m-a luat o durere de gât şi de ureche. Am pus-o pe seama faptului că băusem multe lichide cu gheaţă şi am ieşit la o plimbare. Era o frumoasă şi însorită duminică.

Luni după-amiaza, după ce am terminat cele două ore de kinetoterapie am simţit nişte pocnituri în urechi. Am zis că probabil mă paşte o mică răceală, pe fond somatic de vinovăţie de la beţie. Seara am băut un ceai, am luat un paracetamol. Mă aşteptam ca a doua zi să nu mai am nimic.

citat din: http://agenda,liternet.ro/articol/3754/Cristiana-Gavrila/Un-rol-pentru-Tamara-Mamouret.html (accesat la 10.01.2016).

M-am trezit tot cu pocnete în urechi. Cum aveam kinetoterapia dimineaţa, am apelat serviciul ORL existent la institutul de recuperare. Doamna doctor mi-a găsit nişte dopuri de ceară şi mi-a prescris un tratament pentru ele.

Însă pocnetele din urechi nu s-au dat bătute, ba mai mult auzul mi s-a diminuat. Aşa că m-a luat o angoasă teribilă.

M-am dus în vizită la mama, să mă consulte şi ea. Credeam că era posibil să fi avut o infecţie gravă care să mă conducă în dezvoltarea unei meningite.

Surprinzător, mama mi-a dărâmat scenariul ipohondric, a subliniat faptul că nu aveam febră, urechea nu era inflamată, nu mă durea şi nu aveam nici tulburări de echilibru sau vertij.

A doua zi m-am dus iar la kinetoterapie, totodată şi la un nou consult la O.R.L. Am început să mă plâng vârtos de auzul scăzut la jumătate şi pocnetele din urechi. Era o doctoriţă tare simpatică. A început să râdă şi să mă ia la mişto, „eu nu văd că sunt ditai zdrahonul de fată şi mă vaiet mai rău ca cel mai fricos ţânc”. Aveam o formă uşoară de otită cataralâ, mi-a prescris nişte picături şi m-a avertizat că vor trece câteva zile bune până îmi voi recăpăta auzul normal.

M-am liniştit, am urmat tratamentul şi m-am amuzat

că în sfârşit aveam un motiv temeinic pentru a vorbi tare. Aveam auzul slăbit, eram în prag de surditate.

Convoc persoana de la terapie. Să aud ce are de spus şi domnia sa despre ultimele mele isprăvi.

Încep şedinţa în ritm de vaiete catastrofice. Povestesc cum m-am îmbătat ca ultima slujnică care a primit un bonus.

Mă tângui că am făcut otită cataralâ probabil din prea multă vinovăţie că am căzut iar în mrejele compulsiei.

Nu eram deloc mulţumită de episodul meu bahic şi găseam că auzul meu diminuat era un soi de auto-pedepsire.

Mai cu seamă că mă gratificasem ebrios pentru nişte lucruri mărunte. Mi se părea că nu realizasem mare lucru pentru vârsta mea de 28 de ani. Am scos în evidenţă că alţi oameni la 28 de ani au cariere de succes şi familii, pe când eu încă mă luptam cu propria-mi ajustare şi devenire, nu puteam spune că realizasem nimic concret.

Eram de părere că existau nişte aşteptări sociale cărora ar fi trebuit să mă conformez. Lumea zice că eşti un om realizat atunci când ai carieră şi familie.

— Înţelegeţi ce vreau să spun? *Nu se poate să fii profesional adecvat fără o relaţie de cuplu adecvată şi invers*.

O notez şi în agendă, aşa ca să vadă şi entitatea gravitatea situaţiei. Spre dezamăgirea mea îmi prezintă detaşare şi calm.

Nu e o condiţionare?

Cu toţii suntem condiţionaţi. V-am spus cum vede danezul ăla lucrurile. Chiar dacă fiecare are propria-i iluzie de utilizator tot e bine să se bage în ordinea deja existentă. Îi dă echilibru.

Din câte mi-ai spus tot tu, stare de bine apare atunci când nu sunt condiţionări.

Da, când eşti în hygge. Dar ca să ajungi acolo trebuie să fi acceptat social. Şi pentru asta trebuie să te conformezi normativităţii carierei şi familiei.

Nu e neapărat necesar să se întâmple aşa. *Iluzia e însăşi condiţionarea. Ritmul fluid e în afara condiţionării.*

Aveţi dreptate. Dar eu ce să mă fac dacă am fost antrenată să văd lucrurile aşa, că a fi realizat înseamnă să ai o familie şi o carieră de succes?

Există o condiţionare din partea societăţii şi familiei. *Condiţionarea a adus cu sine mecanisme de apărare.*

La rândul ei condiţionarea poate fi de fapt o cosmetizare a mecanismelor de apărare.

Nu înţeleg.

Iluzia preferenţiază măştile, mecanismele de apărare.

Tot nu pricep.

Iertarea e dincolo de condiţionare. Bănuiesc că poţi da chiar tu un exemplu de condiţionare.

Îmi vine sângele în cap. Tocmai era gata-gata să îmi spună ceva mai coerent despre dinamica condiţionării şi se stricase. Intrase în vălmăşagul iertării. Aşa că de ce să nu fac şi eu vălmăşag.

Dacă o iert pe mama o să îmi fie mai bine.

Voiam să-i demonstrez că şi iertarea poate fi condiţionare. Da, una pozitivă, dar avea aceiaşi dinamică. Nu ştiam cum să-i mai explic că necondiţionatul are temei doar în lumea animală sau în lumea celor săraci cu duhul, ăia lipsiţi de conştiinţă. Agentul nu s-a dat bătut.

Poţi pune problema şi altfel. Te ajuţi de *întrebări dubitative*, *„ce fac ca să o iert pe mama?”*, *„de unde vine neiertarea?”*

— Păi nu vă e clar de unde? Din perfecţionism. Mie mi se spunea că trebuie să fiu într-un anumit fel. Aşa că mă aşteptam şi eu de la acelaşi lucru de la cei din jur. Am întors propriile lor arme de condiţionare împotriva lor. Apăi ce, eu eram proastă să nu văd că sunt cât se poate de pe lângă ce îmi prescriau mie să fiu. Ştiţi cum e aia cu puterea exemplului... Nu puteau oare să treacă peste aşteptările lor perfecţioniste şi să îmi fi sugerat lucruri care să mi se fi potrivit? Şi nu ceva care să mă revolte?

Vizam subtil şi condiţionările pe care mi le tot făcea

persoana de la terapie cu dezvoltarea emoţională. Nu s-a prins. A dat-o cu ce ştia mai bine şi eu detestam. Două întrebări retorice adresate la persoana întâi.

— Ce sens are să mă revolt? *Mai sunt eu aşa în contact autentic cu mine însămi*?

— Da, probabil că nu mai sunt, mai ales cu ceea ce vreau să obţin. Nu prea ajungi departe cu revolta. Deci nu.

Starea de prezenţă mă poate duce dincolo de revoltă. *Mă observ şi nu mai intru în act*.

Nu e este de ajuns. Ce, să fii o stană de piatră care contemplă şi atât? Cum foloseşti starea asta de prezenţă ca să faci, să treci dincolo de perfecţionism?

Prin stare de prezenţă şi focusare pe aspectele punctiforme ale perfecţiunii.

Adică?

— *Să văd cum acestea sunt de fapt inadecvări*.

Super. Şi focusarea ce aport are?

Prin focusare apar acele conexiuni la nivel simbolic şi apoi verbal ce pun în lucru aspectul punctiform menit să transforme perfecţiunea în naturaleţe, *toleranţă*, *acceptanţă*, *largheţe*.

Mamăă!! E superb. Fix ce vreau! Cum fac?

Mă entuziasmasem eu că îmi spusese în sfârşit cum se poate gestiona complexul de perfecţiune. Dar nu aveam cum să nu mă înciudez că îmi spusese acest lucru abia după multe luni. De ce nu putuse să îmi explice că lucrurile stăteau aşa când întrebasem cum fac să schimb atitudinea şi ideaţia perfecţionistă?!

Mă bălmăjise cu iertarea şi seducţia prin masculinizare. În loc să-mi prezinte că perfecţionismul poate fi transformat dacă te focusezi. După care încercase să mă ofilească cu dezvoltarea emoţională, de parcă nu aş fi simţit şi trăit bucuria celorlalţi. Reuşise să mă pustiască o vreme, dar îmi revenisem, voiam iar reuşită clară, nu structuri emoţionale clorotice.

Agentul nu agrea condiţionările aşa că nu avea posibilitatea să-l bage pe dacă.

Norc cu spiritul meu iscoditor şi critic. Că mai reuşeam să scot şi nestemate din preaplina-i vistierie a necondiţionatului.

Întrebasem cum. Îmi răspunde.

Din aproape în aproape. Uite şi ce faci acum că notezi în agendă e ceva nu-ţi dă voie să te focusezi plenar la ce lucrăm.

Din contră. Mă ajută. Să am la ce să reflect apoi. Mai ales că discuţiile noastre vizează direct mecanismele mele de apărare. Şi alea se revoltă şi mă fac să uit. Aşa, notând ce mi se pare greu de digerat, le păcălesc.

Cu siguranţă că acest lucru, scrisul tău, ţi-a adus multe beneficii. Dar e posibil ca acum să îţi întrerupă fluiditatea lucrului. În loc să fii focusată plenar la ce discutăm, tu întrerupi curgerea lucrului ca să notezi.

Păi aşa fac eu curgere. Mai întâi cu forţa. Ştiu că vă mai întrerup, vă mai pun să repetaţi ca să scriu eu mai bine aici. Dar aşa merge la mine. Mai ales că vreau să urgentez procesul ăsta. Momentul ăla în care încep să construiesc întârzie să apară.

Nu e o faţetă a perfecţionismului ce îmi spui tu acum?

Nu a venit momentul saturaţiei de scris. O să vină şi acela. Până atunci o să îmi dau silinţa să fac. Şi uitaţi că fac numai tâmpenii. Mă îmbăt şi apoi fac otită din vină. Şi de ce am băut peste măsură? Ca să mă gratific. Că am realizat şi eu ceva. Pentru ca apoi să îmi dau seama că n-am făcut mare lucru. Sunt de râsul curcilor.

Văicăreala nu prea te ajută. *Uite e fabula lui Donici cu cele două poloboace*.

Nu o ştiu.

Poate îţi faci timp şi o citeşti.

Poate. Da ce zice ea?

Erau două poloboace, unul gol şi altul plin. Cel gol făcea mare tărăboi, iar cel plin mergea agale şi îşi vedea de treabă.

Aoleu, deci ăla gol e ca mine! Se vaietă când de fapt

nu are nimic.

Poate că *otita ta e o somatizare ce simbolic încearcă să îţi atragă atenţia asupra tuturor momentelor în care nu i-am ascultat pe ceilalţi*.

— Ooo da. Eu nu ascult din principiu. Fac doar ce vreau eu. Şi câte mi-au scăpat din cauza asta. Cum ar fi fost dacă îmi aplecam şi eu urechea la sfaturile bune ale părinţilor. Dacă nu le mai făceam în ciudă pentru că nu erau perfecţi…

— *Poţi face aşa un parcurs, o incursiune în timp, ce nu am vrut să ascult*.

— Ooo, păi mai toate. Dar na, dacă erau condiţionări. Ar ieşi o Iliadă a neascultării.

— *Şi aici ne prindem urechile…*

Nu m-am putut abţine să nu fac o efervescentă odă a spiritului meu reactiv – făceam invers decât mi se spunea, „în ciudă, eram Gică contra”. După care să mă plâng de incapacitatea mea de a-mi menţine atenţia asupra a tot ceea ce se discută.

Persoana de la terapie părea să îmi susţină ipoteza că auzeam doar lucrurile care îmi conveneau. Aşa îmi spuneau şi cei din familie. Nu mi se părea corect. Ar fi putut să-mi explice că e bine să te concentrezi pe ce te interesează, denotă o capacitate de a te focusa pe ceea ce este de făcut. Şi că puteam alege mai multe subiecte de interes, întru a acumula mai multe, a-mi lărgi câmpul conştiinţei.

Dar probabil era prea satisfăcută că îmi deschisesem urechile la sfaturile şi interpretările domniei sale. Plus că probabil nu era de acord cu logica compulsiei mele, că mă motiva acumularea.

După şedinţă citesc pe internet parabola lui Donici. Zicea aşa: Un poloboc cu vin

Mergea în car pe drum, încet şi foarte lin; Iar altul cu deşert, las că venea mai tare, Dar şi hodorogea.

Făcând un vuiet mare.

Încât cei trecători în laturi toţi fugea: Atunci când el

folos nimica n-aducea. Asemene în lume.

Acel ce tuturor se laudă şi spune în trebi puţin sporeşte.

Iar cel ce tace, şi treabă face:

Acela pururе mai sigur isprăveşte33.

Am înţeles că dacă taci şi faci, nu te lauzi, atunci ai parte de cât mai mult conţinut. Îţi umpli polobocul.

Am simţit fabula ca un imbold în a face şi mai multe lucruri, în a mă duce dincolo de perfecţionism. Mă îndemna să fac, să isprăvesc, să fiu de folos, să nu mai stau să mă gândesc atât la perfecţionism şi complicata sa dinamică.

Mi-am adus aminte de lucrarea de dizertaţie. Citirea parabolei îmi dăduse un aşa avânt în avea şi eu un poloboc plin încât teama mea de lucrare se dizolvase. Eu voiam un poloboc plin, aşa că nu mai aveam vreme să hodorogesc şi să fac vuiet mare cu toate fricile mele, ci să hodorogesc şi să fac vuiet mare cu dinamica mea întru ceva.

Mi-am propus să-mi fac lucrarea pe tema marchetizării religioase, că tot discutasem acest lucru la terapie în urmă cu un an. Parcă inconştient voiam să-i dau peste nas agentului. Să vadă că sunt consecventă şi pot să fac ce îmi propun, fără să mai stau să descos pârghiile care îmi determinau compulsia la repetiţie. Nu degeaba mă războisem eu cu atenţia şi pulsiunile mele.

Mi-am spus că era timp. Era abia începutul lui noiembrie, furia sărbătorilor bătea la uşă. Taman la ţanc pentru a observa şi documenta dinamica marketizării religioase a Crăciunului.

M-am şi pus pe treabă, am sunat la facultate pentru a mă pune în temă cu cerinţele tehnico-administrative ale susţinerii dizertaţiei în sesiunea de iarnă. După aceasta voiam să-l sun pe profesorul ce îmi fusese coordonator la licenţă însă am amânat.

Găseam că mai am nevoie să explorez puţin domeniul marketizării religioase, atât concret cât şi teoretic, încât să pot veni cu o propunere de studiu. Marketizarea religioasă

era un subiect prea larg, nu putea fi în niciun caz un subiect de dizertaţie, îmi trebuia ceva mai punctual şi concret.

Acest lucru m-a cam înspăimântat, mă lua frica că nu voi fi capabilă să găsesc un subiect bun. Frica aia tembelă începuse să mă înfurie. Fricile mele absurde deveniseră teribil de enervante.

N-am avut însă vreme să reflect asupra furiei mele pe propriile-mi frici absurde căci s-a ivit ocazia să lucrez la ceva vreme de două săptămâni. Să fac un ban cinstit. Am amânat inclusiv terapia din această cauză.

Vine momentul celor două ore petrecute cu agentul.

O vreme fac monolog. Că furia ce are la bază frica, că eu nu sunt suficient de bună, că ceilalţi nu sunt suficienţi de buni. Furia e o compensare. Furia apare şi din perfecţionism.

Zic că bâţâiala era o consumare a furiei că nu primeam suficientă atenţie. Mă înfurii pe al meu neam că nu m-a ajutat să scap de tic. Îi fac cu ou şi cu oţet.

Agentul mă invită să mă transpun în perioada copilăriei, *„să îmi amintesc diverse episoade ale furiei şi să pun acum, la maturitate, în cuvânt ce simţeam când mă aflam într-un astfel de moment”*. *„Să conştientizez ce îmi lipsea atunci de mă înfuriam şi să verbalizez emoţiile pe care le experimentam atunci şi stăteau la baza furiei”*.

Rahat cu perje. Argumentez că furia e o emoţie teribil de puternică. Mai spun o dată că vine pentru a compensa, a anula o frică.

Apoi mă plâng că oricum nu sunt în stare să îmi verbalizez emoţiile, deşi tot fusesem invitată să o fac în toţi anii de terapie.

Mă ia deznădejdea că o să o fac de oaie cu lucrarea, că o să mă blochez în a o mai scrie.

Mă înfurii iar. Explic cum oricât de mult va trebui să strâng din dinţi, nu o să mă las şi o să-mi scriu afurisita de lucrare.

Dar cu furia ce mă fac?

Persoana de la terapie zice că aş putea încerca să explorez grafic furia mea din perioada preverbală. Iau o foaie şi creioanele colorate şi mă pun pe desenat.

Iată ce a ieşit:

33 http://www.versuri-şi-creatii.ro/poezii/d/alecu-donici-7_zuddso/doua-poloboace-6_zucsuo.htmle._Vplfh507iko

(accesat la 11.01.2016)

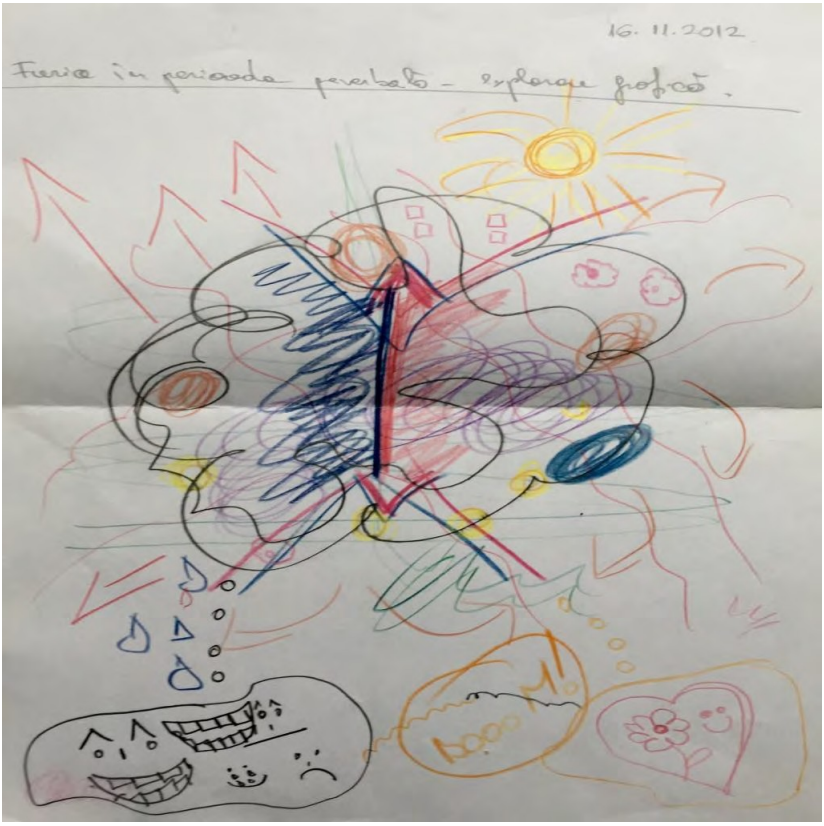


Figura 6. Furia preverbală.

Ca un copil, fericită nevoie mare că am desenat ceva frumos, întind desenul. Agentul se uită niţel chiorâş la mine.

Nu cumva cauţi gratificarea mea?

Posibil. Cum aţi interpreta desenul?

Cum l-ai interpreta tu?

Fac o ciorbă de Freud cu posibile interpretări pe care intuiesc că le-ar da agentul.

Poate arată un conflict între Eros şi Thanatos, între plăcere şi furie. Partea roşie a săgeţii din mijloc îi corespunde lui Eros ce se află în conflict cu Thanatos, partea albastră. Probabil din astea două se nasc şi jocurile psihologice. Care s-ar găsi în desen în bula cu guri, bula cu boom. Bula asta cu boom ar fi şi energia ce face stază, şi iese apoi la suprafaţă prin diverse manifestări paradoxale şi neaşteptate. Şi bula cu inimioara o fi însăşi condiţionarea iubirii.

De acord. Mai vezi şi altceva?

E bine că am acolo şi un soare, chiar dacă şi el pare puţin furios.

Îţi place desenul?

Pare cam mâzgălit, puteam să îmi dau mai mult silinţa. Dar na, aţi zis preverbal. De mică de tot mâzgăleam cărţile de desenat, pereţii şi alte foi care îmi mai picau în mână. Poate o fi fost şi asta o manifestare a furiei. Oricum din câte ştiu mai toţi copii mâzgălesc pereţi şi foi, e un lucru firesc pe care îl fac.

Mai ai ceva de spus despre desen? Se uită cu stăruinţă la mine.

Nu. Dar dumneavoastră?

Atât desenul cât şi interpretarea mea sunt cam amalgamate. Furia porneşte dintr-un amalgam emoţional. Întregul desen poate fi văzut mai mult o mâzgăleală, deci un amalgam. Feţele zâmbitoare sunt alături de cu cele indiferente, cele furioase, sau cele triste. Una dintre guri nici măcar nu avea ochi, era un rânjet şi atât.

Copilul nu diferenţiază din câte am înţeles.

Poţi vedea desenul ca un clopoţel pentru trezirea la realitate.

Adică?

Să diferenţiezi, să lucrăm amalgamul.

Ce să diferenţiez?

Aşteptările pozitive de cele negative. Aşteptările amalgamate duc în furie.

Aşteptările perfecţioniste mă înfurie momentan. Pentru că mă sperii. Ce fac să le dezamalgamez?

Treptat-treptat vei ajunge să aşezi lucrurile la locul lor. Având răbdare şi stare de prezenţă, să îmi conştientizez şi observ distorsiunile aşteptărilor şi să mă departajez de ele.

Încuviinţez şi închei şedinţa.

Cel puţin aşa îmi amintesc, căci nu am mai notat în agendă. Probabil că mă simţeam cu musca pe căciulă de la şedinţa anterioară, când mi se spusese că nu mă pot focusa deoarece stăteam şi notam în agendă.

Voiam focusul cu orice preţ. Trebuia să mă antrenez în a mă concentra să-mi scriu lucrarea de dizertaţie.

Trebuia să-mi umplu polobocul, nu să stau să fac gargară cu abstracţiuni psihologice.

La scurtă vreme după şedinţa cu explorarea grafică a furiei mi-am sunat profesorul coordonator. Ce atâta răbdare şi stare de prezenţă? Să fac şi mai văd eu după!

Mi-am înfruntat aşteptările catastrofice şi să am vorbit despre o posibilă lucrare pe tema marketizării religioase.

Aşa cum mă aşteptam omul mi-a explicat că este un domeniu mult prea vast şi era indicat să îmi aleg un segment pe care să îl cercetez.

Bine. Mi-am spus să procedez ca la carte, „voi ieşi pe teren să descopăr ce ar fi de explorat mai în detaliu”, cum spun sociologii şi antropologii. M-am dus în recunoaştere pe la mai toate bisericile din centrul oraşului. M-am gândit că fiind biserici „de lume bună”, sigur voi găsi eu pe acolo o modalitate de marketizare demnă de a fi cercetată.

Fiecare lăcaş de cult avea câte un afiş ce invita la donaţii pentru construirea Catedralei Mântuirii neamului.

Se puteau face on-line.

Biserica Ortodoxă Română se digitalizase. Patriarhia avea un site foarte bine pus la punct, exista inclusiv posibilitatea de a achiziţiona obiecte religioase on-line de acolo. Totodată mai toate bisericile aveau site şi chiar pagini de facebook. Aveam pâine de mâncat, nu glumă, chiar dacă îmi orientam cercetarea exclusiv pe domeniul religiei digitalizate, tot era un subiect vast. Mă luase frica că nu voi ajunge niciunde cu cercetarea mea.

Însă m-am gândit la polobocul meu ce-l doream a fi plin. Aşa că m-am apucat să citesc serios despre dinamica sociologică a fenomenului religios, să scriu despre aceasta. Totodată să descriu dinamica marketingului religios din România, să explorez temeinic fenomenul digitalizării Religioase din România.

Am dat peste aplicaţiile mobile ce aveau conţinut religios ortodox. Erau numai bune să le pun ca studiu de caz al lucrării.

Am reuşit să termin şi să susţin lucrarea la sfârşitul lunii februarie 2013. Ideea polobocului plin îmi dădea avânt şi încredere ori de câte ori mă luau fricile şi mă părăsea răbdarea de a mai lucra.

Reprezentarea a polobocului plin îmi scotea la înaintare natura perseverentă şi compulsia de a avea, de a acumula. Voiam să scriu cât mai mult şi cât mai bine.

Mă mai lua şi frica, îmi făcea necaz perfecţionismul cel prost, mă tensiona amarnic. De multe ori se întâmpla ca după şase – şapte ore de citit şi scris „la foc continuu” să mă duc în oraş şi să trag o beţie zdravănă. Pentru ca în ziua următoare să o iau de la capăt cu scrisul.

Nu am pomenit la terapie despre episoadele bahice pe care le aveam în timpul lucrului la dizertaţie. Îmi propusesem să o fac după ce duceam la bun sfârşit lucrarea.

Până după anul nou nu am mai scris nimic în agendă. Probabil m-am văicărit şi m-am jucat întru a mă elibera de nenorocirea de tensiune.

Nu mai aveam vreme de stat şi despicat firul

inadecvării în patru. Nici de luat prea în serios ce mi se spunea. Mai ales dacă nu avea legătură cu scopul meu de a avea un poloboc plin. Asociasem perfecţionismul cu pragmatismul şi acumularea.

Vreme de un an şi jumătate i-am dat pe repede înainte. Voiam să pot spune că am lăsat ceva în urma mea.

În următoarele trei capitole, pe care l-am intitulat „Să fac, să umplu polobocul”, „Tabloul”, „Revin la umplerea polobocului” voi prezenta ce mi s-a întâmplat în perioada 11 ianuarie 2013 – 25 iunie 2014. Cum m-am luptat să fac, să acumulez, să bifez ce mi se părea că aştepta societatea să fac până în treizeci de ani.

Capitolul XIV. Să fac, să umplu polobocul.

Îmi problematizasem perfecţionismul. După capul meu o făcusem bine, dar sfârşisem prin a mă învinui şi ameţi prin poveţele de la terapie Da, supracompensam lipsa de încredere în propria persoană printr-o ideaţie perfecţionistă, însă nu aveam nevoie de dezvoltare emoţională ci de fapte şi gratificări concrete care să îmi dea încredere în mine.

Aveam un complex de perfecţiune. Şi de complexe nu prea scapi. Aşa înţelesesem eu din Jung şi Freud.

Poţi cel mult să le stăpâneşti şi foloseşti în favoarea ta.

M-a ajutat soarta să o fac. S-a ivit oportunitatea renovării şi mi-am scos la înaintare perfecţionismul pragmatic. Indirect m-a susţinut şi terapia. M-am revoltat pe abandonul şi prescripţiile care mi se înaintau.

Agentul terapeutic s-a dovedit a fi în sfârşit util în faţa revoltei mele. Mi-a spus că pot delimita ce şi cum absorb din influenţele exterioare. Aşa am lăsat-o baltă cu despicarea firului în patru şi m-am concentrat pe *pot*, *ştiu*, *fac*.

Era fix ceea ce mă interesa să obţin din terapie, entitatea ajunsese să îşi merite banii.

Şi-a spălat tot păcatul repetatelor încercări de a mă transforma în oaie când mi-a vorbit de focusare şi mi-a

menţionat fabula celor două poloboace.

„Prin focusare apar acele conexiuni la nivel simbolic şi apoi verbal ce pun în lucru aspectul punctiform menit să transforme perfecţiunea în naturaleţe, toleranţă, acceptanţă, largheţe”.

Referirea la acea parabolă a avut valoarea acelei conexiuni simbolice care m-a ajutat să transform perfecţionismul prost în unul bun. Nu prea mă interesau toleranţa, acceptanţa, largheţea. Pe dânsele consideram că le am sau că le pot dezvolta odată ce mă satur de acumulat lucruri concrete. Înţelesesem că perfecţionismul poate fi transformat. Ceea ce era o mare valoare după mine.

După care, pac! Mi-a zis de polobocul plin cu vin. Şi am făcut conexiune. Să-mi umplu polobocul cu metaforicul vin al reuşitelor pragmatice.

Parabola polobocului a scos la înaintare perseverentul din mine care s-a pus pe treabă.

Am luat terapia în serios doar cât să-mi iau avânt în a duce mai departe ceea ce consideram eu că era de făcut la acea vreme, să-mi termin lucrarea şi să o susţin.

Să trec peste frica fricilor.

La mijlocul lui ianuarie 2013 am avut un impas cu lucrarea. Suficient de mare încât să mă facă să scriu iar în agendă.

Un bun prieten mă sprijinise în desluşirea unor complicate concepte ale câmpului religios. Nu mai voia să o facă. Eram furioasă, mi se părea că „făcea nazuri” pe nedrept. Îmi dădeam seama că băteam câmpii cu supărarea mea. Dar n-o puteam controla. Fac tărăboi la terapie.

Uitaţi ce îmi face, mă lasă acum cu curul în baltă. Nu mai pot de ciudă. Dar în acelaşi timp văd că nu e în regulă să-mi iau aliaţi care să-mi facă treaba. Cum dracului fac să îmi văd de teză singură şi împăcată?

Poţi insista pe acea *afirmativitate non-reactivă*.

De ce?

Reactivul este preambulul agresivităţii.

Super. De parcă nu ştiţi că agresivitatea face parte din fiinţa mea.

— *Învăţarea unei atitudini non-reactive, afirmative se face în timp*.

— Sau mai rapid. Cum funcţionează ea?

— *Să dau libertatea alegerii. Acceptarea lui NU, e ok să accepţi refuzul. Refuzul poate fi văzut ca diferenţă, diversitate*.

— Interesant. Aşa voi face.

— Fii atentă cu negarea. *Dacă celălalt îmi spune NU, acest lucru mă duce în negarea celuilalt. Cum pot să îl neg pe celălalt, înseamnă că mă neg pe mine*.

Era şi acesta o perspectivă. Însă cam sforăitoare. Obţinusem ce dorisem. Mă descărcasem şi fusesem susţinută în a trece peste refuz, a-l accepta.

Mă bag şi scriu cu mai mult spor.

Numai că peste câteva zile are loc o mare explozie de furie şi violenţă fizică. Am ajuns să îmi bat tinerelul. Era weekend şi ieşisem cu două prietene la câteva pahare şi poveşti. Vorbesc prin mesaje cu dânsul. Îi propun să trec să-l iau de acasă când mă voi fi îndrepta şi eu spre casă. Adică după unu noaptea. Acceptă. Numai că eu m-am lăsat purtată de focul discuţiilor cu amicele mele.

Se face unu jumătate. Primesc mesaj după mesaj – că am promis şi nu am făcut. Mă inflamez. Îl sun. Explic că de fapt a zice nu-i tot una cu a promite. O ţine pe a lui. Îmi face capul calendar că nu m-am ţinut de cuvânt. Îi propun să o lăsăm baltă, şi el insistă să ne vedem. Îmi vine o idee.

Uite dom’le îmi tot zici de promisiune. Eu nu am promis nimic! Dar uite, eu vin acum să te iau. Promiţi tu că nu mai pomeneşti nimic de a mea întârziere dacă vin?

Da.

Plec. Îl iau de acasă. Mă bârâie tot drumul că l-am lăsat să aştepte. Tac. Continuă şi când ajungem la mine. Încerc să-l dau pe brazda plăcerii, să ne iubim ca nebunii. Îmi acceptă avansurile dar turuie în continuare despre a mea întârziere. Îmi moare apetitul şi îi propun să dormim.

Sting lumina şi îi urez noapte bună. Nu se lasă, continuă să îmi reproşeze. Îi zic să plece acasă. Nu vrea. Îl rog să mă lase să dorm. Continuă cu reproşul. Sunt la capătul răbdării.

Mi se urcă sângele în cap. Mă duc să beau apă în bucătărie. Îl aud cum se tânguie în continuare de a mea întârziere.

Înşfac încălţătorul cel mare şi lung din hol. Mă năpustesc asupra omului. Văd negru în faţa ochilor. Înjur în cel mai josnic mod cu putinţă. Dau cu obiectul, dau cu pumnul. Observ că plânge. Mă opresc, i-am făcut mai multe contuzii în zona coastelor. Îmi pare rău. Încep să plâng şi eu.

Îmi fac mea culpa pentru nestăpânire. Mă iartă. Mi se pare incredibil că o face. Dar mă simt bine. Până la terapie îmi văd de lucrare.

Mă ia pe sus şi compulsia reexaminării. Îmi tot venea să verific şi răsverific ceea ce scrisesem, consideram că acest impuls îmi mănâncă timpul pe degeaba. Plus că mă tensiona, simţeam că mă cicălesc pe mine însămi. Parcă îmi însuşisem cicăleala de la tânăr.

Încep şedinţa în trombă. Povestesc cu ciudă despre noua mea compulsie. Nu suflu o vorbă despre bătaie. Mai întâi trebuia să îmi rezolv ce mă interesa direct, lucrarea. Tânărul mă iertase oricum. În unele zile mai şi stătea cu mine în timp ce scriam.

Aflu de la agentul terapeutic că *supracontrolul poate fi convertit în gestionare*. *Aşa diminuez intensitatea*, *îi dau funcţie adaptabilă*.

— E bună asta. Deci controlul are şi aspecte benefice. Nu degeaba îmi spunea mama că mă pot controla când vreau. Cheia e să diminuez intensitatea trăirii, să o stăpânesc. Totuşi, poate cicăleala mamei care m-a tot hrănit e cea care m-a determinat să fiu nesigură pe mine. Şi acum să stau să verific şi răsverific.

Să înţeleg că vrei să lucrăm relaţia ta cu părinţii. *Ce anume punem în lucru*?

Păi taman ce v-am spus!

Supraverificarea, cicăleala e un rol nevrotic, o neconcordanţă, un conflict intra-psihic.

Şi cu ce mă ajută asta la scrierea lucrării?

Poate avea semnificaţia de *„ce neg la nivelul adulţilor din jur"*. *Ce neg la ei neg şi la mine*.

Nu o neg! Doar mă enervează.

Ce caut la nivel de segment din copilărie ce se vrea completat?

Păi acu îmi dau silinţa. Vreau să fiu recompensată. Dar pentru asta mai am de muncit, să termin lucrarea.

Punem în lucru orgoliul şi reproşorul?

Staţi aşa să vă povestesc ce am păţit! Redau incidentul cu tânărul.

Persoana de la terapie rămâne mută câteva minute. Speculez momentul ca să-i dau peste nas cu iubirea la care m-a tot îmbiat.

Vedeţi, ziceaţi că nu e bun omuleţul ăsta. Dar m-a învăţat ce-i iertarea. Îmi este dedicat. Mă iubeşte. Am de unde să învăţ cum stă treaba cu necondiţionatul. Ce părere aveţi?

Ar fi de lucru la construcţia feminităţii.

— Cum?

— *Să se facă un echilibru între anima şi animus*.

Da, aşa zicea şi Jung. Numai că nu am înţeles cum se ajunge la acel echilibru. Cum controlez feminitatea?

Agentul oftează. O spusesem înadins ca să mă lase dracului în pace cu feminitatea. Dar să mă şi amuz. Văd cum îşi plimbă ochii dintr-o parte în alta. Mai oftează de câteva ori. Apoi grăieşte.

Translarea controlului în auto-observaţie, să mă uit la etape, la stimuli, la cum rezonez, la cum mă simt, la ce aş putea face, dincolo de iluzia „puterniciei".

Notez şi râd.

Ştiţi asta pot face şi vizavi de lucrare şi alte lucruri care mă preocupă. Asta cu puternicia e ca Janus. Are două

feţe. Eu îmi doresc puterea dincolo de iluzii. Iar ceilalţi îmi spun că nu e bine să îmi doresc puterea.

Încep să povestesc cu mare emfază ceea ce îmi fusese spus de câţiva dintre partenerii mei, de verişoara mea şi inclusiv de mama. Anume că atitudinea mea impetuoasă, încăpăţânată, tranşantă şi lipsită de gingăşie îi pune pe goană pe bărbaţi, pentru că îi face să se simtă castraţi.

Entitatea ia un ton atotştiutor şi se face că ştie psihanaliză.

De ce să castrez? Astfel îmi restricţionez maturizarea.

Nu eu zic că o fac. Ceilalţi au părerea asta. Mie îmi place sexul deci nu aş vrea să distrug unul din obiectele ce îmi aduce orgasmul. Eu doar stau uneori prost cu încrederea în mine. Şi ca să scap mă arăt mai tare. Îmi scot la înaintare puternicia ca să compensez lipsa de încredere în propria persoană.

Prin *auto-observaţie poţi delimita ce-i al tău şi ce-i al lor.*

Ce să fie? Nişte modele de comportament pe care fiecare le aplaudă după cum poate.

Pot şi să mă detaşez de diversele modele comportamentale pe care le tot reiterez într-un mod pervers.

— Adică ce? Că mă comport ca un bărbat? După capul meu masculinul şi femininul sunt mai mult nişte convenţii sociale.

Maturizarea se face prin asumarea a ceea ce e potrivit, inclusiv feminitatea.

Care credeţi că e dinamica maturizării?

Raţionalul, afectivul, corporalul sunt integrate coerent şi este asimilată o formă autentică de exprimare, interacţiune, reprezentare, raportare. Faţă de mine şi faţă de ceilalţi.

Da, să nu mă mai arăt puternică, ci să fiu puternică! Persoana de la terapie înghite în sec.

Uite Vio, sintagma *sintagma „cu bărbăţia înainte” poate fi pusă la locul potrivit*.

Îmi venea să-i zic că da, uneori între picioarele mele, ca să juisez cu poftă. Îmi înăbuş râsul încuviinţând, dându-i dreptate. După care schimb subiectul. Vorbesc iar de lucrare. Caut încurajare şi o primesc.

Până la şedinţa următoare am lucrat intens. M-am consultat şi cu profesorul coordonator, care mi-a sugerat să insist mai mult pe detaliere şi exemplificare, nu doar pe aspectul general.

Vine şedinţa.

Îmi vărs amarul. Mă plâng că profesorul nu mă ajută şi îmi dă doar indicii. După care îmi dau seama că şi dacă mi le-ar fi dat tot m-aş fi înciudat. Aş fi spus probabil că nu îmi lasă spiritul critic să se dezvolte.

Pe mine de fapt mă cam tensionează ideea că nu sunt în stare să exemplific suficient şi bine.

Am observat şi eu tendinţa ta de a generaliza, de a trece peste unele detalii. Le găseşti neimportante. Dar am convingerea că te poţi focusa şi detalia şi exemplifica aşa cum se cuvine.

Mă bucur să o aud. Dar totuşi e evident că unii oameni sunt net peste mine la detaliu şi exemplificare.

E o distorsionare, celălalt nu e nici superior, nici inferior, ci doar oferă o explicaţie coerentă a unui fenomen. A prezenta un fenomen doar la nivel general este o explicaţie parţială, avem nevoie şi de exemple concrete şi exemplificări.

Da ştiu, am probleme de superioritate, sau cu orgoliul la care am tot lucrat.

Orgoliul se hrăneşte cu iluzii. Iluziile apar pe fondul unor nevoi afective nereprezentate, nesatisfăcute, nepuse în forma lor naturală.

Da, da. Orgoliul duce la dependenţă şi la joc de putere. Mă joc cu Nu-ul.

Bine e să acceptăm Nu-ul.

De ce?

Ajută la diminuarea orgoliului, a impulsivităţii, a agresivităţii, creşte toleranţa, empatia, disponibilitatea. Aduce cu sine o bună delimitare a individualităţii, pune în dinamică libertatea de a alege a celuilalt şi libertatea mea de a alege.

Şi mai ce?

Mă ajută să văd ce îmi este necesar sau nu. E un „nu" în acord cu nevoile mele sau un „nu" reactiv, semn al jocului de putere.

Mă durea pe mine undeva de jocul de putere. Mai aveam nevoie de nişte susţinere şi confirmare a putinţei mele. M-am mai plâns un pic, le-am obţinut. Şi i-am dat înainte cu lucrarea.

Şi m-am tot văicărit ca să primesc susţinere şi încurajări până am terminat dizertaţia. Am înghiţit iar asumare, responsabilizare şi stare de prezenţă. Măcar aveau un obiect concret, lucrarea.

Aşa aveam ocazia să leg prescripţia de ceva din realitate. Nu mai era în vânt, abstracţiune şi proiecţie.

Agentul chiar mi-a dat încredere în mine. Când mă plângeam de repetitivitate neproductivă, îmi zicea că am deja problema formulată. Aşa că aveam deja preparată şi soluţia. Ţinea de mine să iau decizia de a mă detaşa de ceea ce e nepotrivit, puteam alege între a fi rigidă şi a fi flexibilă.

Când îi punctam nemulţumirea faţă de propria-mi prestaţie îmi zicea *„fi mai tolerantă, nu mai fi cu băţul băgat undeva"*.

La un moment dat mă apucase furia că nu făcusem lucrarea la timp. Mi-a spus că *„trecutul este un prilej de reflectare, de bogăţie interioară, pe care îl luăm ca atare, îl acceptăm, pentru că fără acest trecut nu am fi aici"*. Am aflat şi că *„munca pe care o depuneam pentru susţinerea lucrării era o dovadă a translării agresivităţii la nivel de implicare şi responsabilitate"*.

Domnia agentului era convinsă că eram capabilă să fac lucrurile potrivite, să trec peste frici şi orgolii. Cică

„potrivitul e un corpus, ţine loc de normă, de valoare, de ceilalţi, include necesarul şi suficientul”.

Da, după capul meu fiecare avea propria-i noţiune asupra potrivitului. La mine potrivit echivala cu mult, rapid şi intens. Iar în cazul persoanei cu care făceam terapie potrivitul însemna probabil moderat, treptat şi echilibrat.

Nu-mi puteam permite să-i fac arşice potrivitul căci chiar îmi trebuiau moderaţie şi echilibru în a pune cap la cap toate părţile lucrării.

O vreme nu aveam altceva de făcut decât să mă fac frate cu dracul *„asumării şi responsabilizării potrivite şi coerente”*. Încurajam discursul agentului, nu-i mai chestionam afirmaţiile. Le luam de bune, le luam în serios. Primeam şi bonus de încurajare şi susţinere.

Cu zece zile înainte de a-mi depune lucrarea am făcut o ultimă şedinţă înainte de momentul zero al finalizării. Voiam să prind avântul ăl mai mare ca să termin cu spor şi bine.

Am subliniat cum efectiv încercasem să dau tot ce aveam mai bun din mine, dincolo de orgolii şi aşteptări neconforme. Mi-aş fi dorit ca familia mea să fi făcut acelaşi lucru cu mine. Să fi ieşit şi dânşii măcar un pic din aşteptările lor, să mă fi înţeles şi motivat în acord cu ce eram, nu cu ceea ce voiau ei să fi fost.

am abţinut să zic că la pachet cu iubirea lor necondiţionată veniseră o sumedenie de lucruri neplăcute pentru mine.

Cum fusesem moderată în discurs, am primit ceva relativ bun:

„Negând că bunica, mama, tata au dat tot ce aveau ei mai bun (ce le-a lipsit în copilărie) implică că îi pedepsim pentru iubirea care ne-au dăruit-o, ceea ce e anacronic”.

Nu-mi permiteam să fac valuri cu pedepsirea. Mai bine mă concentram că fusesem iubită şi că acea stare de fapt era ceva ce îmi putea da avânt şi spor la treabă.

Aşa cum îmi dădea şi tânărul care susţinea că mă iubea. În unele zile omul mă păzea cum stăteam şi scriam.

Mă încuraja, îmi spunea că e acolo întru a-mi da încredere să termin.

Era bine. Numai că eu tot aveam un foc monstruos în mine. Îl ţineam sub control cât să reuşesc să termin.

Nu-mi plăcea că trebuia să respect cerinţele academice, să îmi stăpânesc ludicul şi pofta de debandadă.

Mă simţeam chinuită.

Dar îmi spuneam că uneori mai trebuie să te şi chinui ca să ajungi undeva. Şi-i dădeam înainte.

Termin lucrarea, prind avânt.

Pe 18 februarie mi-am depus lucrarea. Răsuflu cât de cât uşurată. Dat tot mai trebuia să fac ceva, să o susţin, pe 26 februarie. Mă ia un pic frica.

Găsesc de cuviinţă că merit să mă cinstesc până nu mai pot. Invit tânărul să facem o seară de pomină. Mă refuză. Îmi aminteşte că am tendinţa de a mă simţi vinovată după ce beau mult.

Apoi îmi zice că din respect pentru el aş putea să nu o fac. Apoi îmi spune de mai multe ori că mi-a fost alături cât am lucrat.

I-o întorc. Tot mă refuză. Îmi zic că de fapt nu-i bun în casă, căci îmi scoate ochii. Şi mă duc într-un club unde lucra un prieten. Fac hărmălaie, mă bag în seamă cu toată lumea, dansez şi beau enorm.

A doua zi mă cam doare capul. Tânărul face mişto de mine, dar pare să nu fie supărat. Îmi zic că de fapt e bun.

Mama e încântată că reuşisem să termin la timp. Mă invită la munte. Avea un congres şi putea veni însoţită.

Îmi pare frumos. Urma să iau o gură de aer înainte de a-mi susţine lucrarea.

Iau cu mine cartea „Mic Tratat de prietenie”. O primisem de câteva săptămâni de la un bătrânel cu care mă împrietenisem la kinetoterapie. Un om simpatic şi vivace în pofida faptului că suferise un accident vascular cerebral. Cu poftă de viaţă. Îşi făcea conştiincios exerciţiile. Uneori avea un haz nemaipomenit în el. Alterna între vulgar şi academic. Mă amuza teribil. Era de-al meu.

Îi facilitasem accesul la un consult din partea mamei mele. Probabil îmi dăduse cartea drept mulţumire pentru serviciul pe care i-l făcusem.

Dar şi ca să sublinieze că e posibilă şi de dorit prietenia între generaţii diferite.

La munte am parte de calm şi relaxare. Numai tânărul meu îmi dă bătăi de cap. E nemulţumit că l-am lăsat de unul singur. Îmi subliniază că mă puteam „gândi şi la el când am plecat”. Îmi reproşează că mi-a fost alături cât mi-am scris lucrarea după care l-am dat uitării.

Mă enervează, nu se face aşa ceva. Când ajuţi, ajuţi şi cu asta basta. Îmi dau sms după sms cu dânsul în timp ce citesc.

Îmi sare în ochi că umanitatea ce sălăşluieşte în fiecare personalitate deşteaptă respectul şi demnitatea, ce nu fac casă bună cu renunţările şi consolarea, căci scrie Kant, „cine suportă să fie nedemn de viaţă în proprii lui ochi?” (Belu-Frangulea, 1993, p 85 – 86).

Tinerelul meu părea să facă mare tam-tam fix cu renunţările pe care le făcuse de dragul meu şi era nemulţumit că nu făcusem acelaşi lucru şi eu.

Am o revelaţie. Eu caut respect şi demnitate, iar el caută afecţiune şi consolare. Nu e bine, ne batem cap în cap.

Pun capăt relaţiei de îndată ce mă întorc acasă, chiar înainte să-mi susţin lucrarea. Avem o întrevedere, fiecare îşi mărturiseşte oful. Realizez că omul chiar este blând, binevoitor şi dedicat. Numai că e în plină dezvoltare a identităţii şi maturizării. Tinde către un stil oarecum autoritar, idealist şi critic. Nu-i un lucru rău.

Doar că nu-i de mine să am parte de aşa ceva zi de zi. Eu mă simt în largul meu cu libertatea, pragmatismul şi spontaneitatea. Plus că felul în care vede relaţia dintre o femeie şi un bărbat nu îmi este pe plac. E cam patriarhal, după dânsul bărbatul este în mod cert capul familiei. Nu şi după mine. Mama şi tata făceau colaborare, nu percepusem că unul era mai presus ca altul.

Prezint dizertaţia. Iese bine deşi mă cam emoţionez şi pierd în argumente.

Sunt teribil de uşurată. Simt că am reuşit să trec peste o mare piedică. Mă ia pe sus un avânt teribil. Mă cred capabilă de multe lucruri. Sunt cuprinsă de o senzaţie de încredere şi hotărâre. Găsesc că pot să dau şi să primesc enorm de multe lucruri.

Îmi spun că am toate şansele să ajung la o stăpânire echilibrată a mea şi să am parte de reuşită, respect şi împlinire.

Esenţa şi idealul în cunoaşterea Sinelui, pare a fi formulată şi mai concis de către Goethe, scriind: „(este) o mare greşeală să te crezi mai mult decât eşti, ori să te preţuieşti mai puţin decât faci” (Belu-Frangulea, 1993, p 8586).

Am terapie chiar pe întâi martie. Îmi expun cu mare voioşie încântarea că primăvara m-a găsit cu sacii în căruţă, mi-am finalizat studiile masterale. Am învins groaza cea pietrificată şi am făcut. Bonus am şi dobândit un oarecare înţeles asupra ceea ce îmi doream de la un bărbat. Să îmi susţină libertatea, hotărârea, încrederea, să aibă blândeţe în el şi să nu fie posesiv şi autoritar.

Persoana de la terapie îmi spune că ar trebui să îmi aleg parteneri mai pe calapodul meu, „nu ţâşti-bâşti şi papleacă”. Protestez. Aşa că mi-o dă iar pe aia cu role-sexul feminin autentic. Fâs, numai în paza stereotipiilor de gen nu voiam eu să ajung. Erau doar nişte limitări de care evident mă foloseam în a-mi atinge scopurile. Le acceptam, căci nu aveam încotro, nu pentru că credeam în ele.

Schimb subiectul. Gândesc cu voce tare ce ar fi de făcut cu inserţia mea profesională.

Credeam că eram plină de resurse cognitive în a merge mai departe cu demersul academic, poate să mă apuc şi de doctorat. Nu de alta dar acesta era visul mamei mele pentru mine.

O luam în derâdere de fiecare dată când îmi spunea că mi s-ar potrivi o carieră academică, Dar atunci că taman

ce îmi dusesem la bun sfârşit dizertaţia, parcă puteam lua de bune spusele ei.

Agentul terapeutic a insistat că era *„necesar să acord atenţie propriei mele dinamici, dincolo de mama”*.

Am început să vorbesc despre micul Tratat de Prietenie şi modelul moral către care tinde umanitatea. Nu de alta dar voiam să aflu şi părerea agentului despre evoluţia şi schimbarea normativităţii sociale. Poate îmi venea vreo extra idee asupra potenţialei mele teze de doctorat. În pofida a ceea ce mi se spusese, ideaţia academismului prinsese rădăcini în creierul meu.

Am sfârşit prin a vorbi despre transcendenţă culturală şi dinamica ei cu biologicul, deşi nici eu, nici entitatea nu prea aveam habar de conceptele acestea.

Dar ce credeţi că influenţează transformarea culturală?

E necesar ca generalul să poată fractaliza în particular.

Nu înţeleg ce-i aia fractalizare. Parcă auzisem eu de teroria fractalilor pe la fizică. Dar habar nu am ce face.

Fractalizarea presupune lucrul cu unităţi mici de conţinut. E ca la lucrul cu sinele, sunt ajustate aspectele punctiforme.

Nu pricep.

Fractalii sunt componentele unor unităţi mai mari. Se ia în calcul dinamica de la mic la mare, insistându-se pe elementele cele mai mici – reiterarea algoritmilor apărute la nivel general pentru grupurile mai mici ce sunt componente ale grupurilor mari.

E complex rău. E un fel de du-te vino de la ăl mai mic la ăl mai mare şi invers.

O nouă deprindere se răsfrânge în cele mai mici aspecte ale existenţei. Chiar şi cel mai mic gest sau cea mai mică acţiune pot fi încadrate în tabloul general al adaptabilităţii.

E cum zicea Jung, mai mare decât marele şi mai mic decât micul?

Partea cea mică poate exprima totul unitar, iar totul unitar poate exprima şi partea cea mică.

Aha, e ca forţa lui Dumnezeu care se exprimă în toate. Aţi văzut ce am aflat cu cercetarea mea? Oamenii îşi dau sens vieţii printr-o aplicaţie mobilă cu conţinut religios. Dar totuşi transferul spiritualităţii în tehnologie poate produce anomie. O să ajungem sclavii tehnologiei, o să dispară reperele şi se va isca răscoala şi revolta.

Derapajul social e mai puţin probabil în cazul României deoarece există elementul ortodox puternic reprezentat la nivel colectiv.

Da aşa am aflat şi eu. Religia e o valoare centrală la noi. Şi mă cam ia groaza când îmi dau seama că nu am propriile mele valori bine stabilizate.

Valorile pe care tinzi să le construieşti solicită constanţa.

Grăise un mare adevăr. Mi-am zis că las că vede domnia sa, dar mai ales toată lumea ce valori voi face eu. Habar nu aveam ce şi cum dar îmi spuneam că voi reuşi, făcând uz de perseverenţă şi spirit treaz la schimbare şi oportunităţi.

A început să mă fălesc că am deprins constanţa din moment ce realizasem dizertaţia. Petrecusem aproape două luni în a scrie aproape zilnic. Şi că voi trece şi peste multe alte limite pe care le aveam şi voi deveni om mare şi bun.

şedinţa.

Agentul mă sfătuieşte să mă bucur de lucrurile pe care le-am făcut bine dincolo de agitaţie şi încheiem

Mă mai dezumflu un pic, mi se mai linişteşte avântul. Dacă nu eram în stare de fapt să mă bucur şi tot ce ştiam erau intensitatea şi abuzul?

Îmi trece repede. Chiar vreau să văd dacă sunt în stare să fac doctorat.

În zilele ce au urmat mi-am conturat o potenţială cercetare de doctorat. Am umplut 12 pagini Word format A4 cu premisele de la care ar porni lucrarea şi direcţiile pe

care le-ar putea avea la nivel de teorie şi cercetare.

Desigur, era în directă legătură cu tensiunea mea internă dată de ideea că trebuia să mă încadrez în câmpul carierei, să acced la ritualismul academic. Voiam să cercetez la un nivel mai mare câmpul aplicaţiilor mobile ce au conţinut religios pornind de la ipoteza că acele aplicaţii sunt o manifestare a unui ritualism postmodern.

Încercam să pun cumva în act post-ritualismul obiceiului meu de a mă bâţâi. Care putea fi interpretat şi ca un comportament ritualic.

Psihologia foloseşte termenul de ritual pentru un comportament repetitiv sistematic utilizat de o persoană pentru a preveni sau neutraliza anxietatea. Eu scăpasem de bâţâială, însă anxietatea şi tensiunea rămăseseră în mine, acolo difuze.

Probabil încercam inconştient să le pun pe goană investigând ritualismul. Însăşi motivaţia alegerii temei avea legătură cu tensiunea mea şi cu dorinţa mea de a mă individualiza.

Spuneam că: *De ce aleg ritualizarea*? *Un răspuns la tensiunile exercitate de diada individual-comunitar este conturarea unui comportament ritualic, atât la nivel de grup, cât şi individual. O puternică cerinţă culturală globală a secolului 21 este individualizarea*.

Pentru ca apoi să explic cum vedeam eu legătura dintre ritualism, transcendenţă, repetitivitate şi colaborare.

Construisem o structură funcţională, probabil bine argumentată. Chiar dacă acesta pornea de la propria mea tensiune existenţială.

Odată ce am primit confirmarea profesorului, cum că cele 12 pagini ale mele sunt aproape un proiect de doctorat, mi s-a mai domolit tensiunea. Mi se validase putinţa.

Îmi era cam de ajuns. Nu prea aveam eu chef să mă supun rigorii şi normativităţii academice.

Am prins o fantastică încredere în mine. Mi-am

propus să fac lucrurile treptat şi integrat. Adică să îmi mai acord un răgaz până pornesc la drum cu doctoratul.

La terapie am luat-o de la început cu avântul meu. Făceam spectacol şi vorbeam pe limba agentului. Mă întrebam retoric şi pompos *„Cum ofer eu primenirea mea comunităţii, apoi societăţii?”*

Am vorbit despre căluşari şi a lor abstinenţă. De interdicţiile pe care le au întru a se primeni şi cum aduc ei sănătatea în comunitate. Aş fi dorit să fiu capabilă să aduc şi eu o schimbare benefică într-o comunitate. Cât de mică ar fi fost ea.

Persoana de la terapie îmi sublinia *orice renunţare înseamnă şi asumare*. Era la mintea cocoşului, doar nu aş fi renunţat la nimic de dragul cuiva sau al unui lucru. Aş fi renunţat din propria-mi voinţă de putere, de stăpânire de sine sau din altruism, din simţ moral, din voinţa de a avea un poloboc plin cu realizări materiale şi spirituale.

Încep să vorbesc despre doctorat, că o să fac şi o să dreg. Agentul îmi spune că *„alegerea mea este potrivită pentru că îmi asum”*.

Am susţinut cu tărie că mi-aş asuma perspectiva doctoratului însă difuz mă cuprinsese tensiunea. Mi s-a spus că *e nevoie să iau lucrurile pe îndelete*, *să îmi acord răbdare*, *să mă observ*, *să văd ce mă bucură şi mă motivează*.

Era ca şi cum eu eram un cal şi îmi spunea să nu mănânc ovăz. Eu de fapt căutam să primesc un zvâc simbolic cum fusese cel cu polobocul, să capăt avântul vânjos care să mă determine să isprăvesc ce era de isprăvit.

Agentul meu terapeutic nu înţelegea sau nu voia să accepte că funcţionam în logica excesului şi a acumulării. Era admirabil că mă tot tatona cu răbdarea şi cumpătarea. Aveam nevoie şi de ele în drumul către succes. Dar cel mai mult îmi doream o văpaie năvalnică a motivaţiei, ca să mă facă să lucrez până la epuizare, după care să o iau de la început. Cu forţe proaspete, că văpaia dă energie nesecată

(aproape, mai trebuie să şi dormi şi să mănânci, să te relaxezi uneori).

Degeaba am întors pe toate părţile necesitatea răbdării, căci sufletul meu voia să îi dau pe repede înainte, să fac ceva, să ştiu că am umplut cu ceva al meu poloboc. Nici nu mai ţin minte cum am finalizat acea şedinţă şi nici de ce am amânat-o pe următoarea.

Mă luase pe sus zvâcul, dar şi tensiunea performării. Am tras câteva beţii tip miner. Am vorbit cu mai mulţi oameni despre posibila mea teză. Am făcut diverse prezentări şi structuri ale viitoarei lucrări. Am dat cu ele în stânga şi-n dreapta căci mă gânedeam că poate obţin chiar şi o extra-finanţare pentru cercetarea mea.

Până când mi-a sărit în ochi o carte la o tarabă. Se numea Ultimul Capitol. Mi-am zis: „Băi Viorelo, uite soarta îţi zice să îţi iei un mic răgaz, să vezi ce faci cu doctoratul, acest ultim capitol al şcolarizării. După care să vezi tu ce capitol o să mai începi”. Şi am cumpărat-o. Mai că fierbeam de nerăbdare să aflu povestea din ea.

Las doctoratul în pace.

Ultimul Capitol era scrisă de Knut Hamsun. Ştiam eu ceva despre acest scriitor, cum luase el premiul Nobel şi era de undeva de prin nord.

Am citit-o pe nerăsuflate. Realismul şi naturalismul lui Hamsun erau lesne de digerat.

Cartea este percepută de critică ca fiind cea mai „înnegurată / neagră” scriere a autorului. Descrie atmosfera dintr-un sanatoriu.

Mi-a părut că găsisem în filele ei un soi adevăr universal, dăinuirea rostului statornic la existenţei, dincolo de moarte. Mi-a plăcut că nu era un personaj central, ci mai multe, care contribuiau fiecare în felul său la ducerea vieţii mai departe, în pofida contextelor potrivnice.

Se simţea cum conţinutul cărţii era preocupat de moarte, la fel cum se pare că era şi Hamsun în perioada în care a scris-o.

Dar la sfârşitul cărţii mie mi s-a relevat faptul că sunt

anumite lucruri care rămân, trecând dincolo de spaţiul morţii. Iată paragrafele în care eu am găsit că se află soiul adevăr universal:

„Cele două femei fac ce fac şi aduc vorba despre incendiu. Sinucigaşul nu stă să le asculte. E prea chinuit de propria sa nenorocire. Totuşi vorbele lor îi ajung la urechi, fără să vrea, şi-l mai scot dintr-ale lui. Nu sunt decât vorbe obişnuite de oameni simpli. Cele două femei sunt bine înfipte în viaţă. Domnişoara moaie, din când în când, o rufă în albie, ca să nu-şi întrerupă lucrul. A deprins rosturile statornice ale existenţei. […] Domnişoara d'Espard l-a urmărit cu privirea până nu s-a mai văzut. Apoi s-a întors la rufele ei. Ştie ce are de făcut şi la bine şi la rău. E un om cu picioarele pe pământ. Aşa se spune pe aici…" (Hamsun, 1983, p 363 – 365)

Îmi plăcuse că cele două femei erau reprezentate ca fiind bine înfipte în viaţă. Îmi doream să fiu la rândul meu bine înfiptă în viaţă. Să fiu hotărâtă şi activă, să fac.

Percepusem că personajele feminine din carte nu erau cu mult diferite de cele masculine, raportat la cum gândeau şi cum acţionau. Mi-aş fi dorit să am parte şi în viaţa mea de acea interşanjabilitate a graniţelor masculine cu cele feminine.

Să nu mai conteze atât ce faci ca femeie sau ca bărbat ci pur şi simplu că faci.

Mă gândeam să plec puţin prin Scandinavia să mă inspir în a dobândi rosturile statornice ale existenţei dincolo de masculin şi feminin. Sau poate chiar să fac niţică fuziune cu ale lor reprezentări feminine. Cartea îmi arătase nişte femei dinamice şi cu iniţiativă. Care nu se răfuiau cu bărbaţii şi cu societatea, nu erau asociate din start cu maternitatea – cum mi se părea mie că era prezentată femeia în literatura română.

Termin cartea chiar în ziua în care aveam terapie.

Îmi exprim cu mare poftă dorinţa de a ajunge la acele rosturi statornice ale existenţei, care te fac să fii cu picioarele pe pământ şi la bine şi la rău.

Mi se vorbeşte despre stare de prezenţă şi asumare. E arid şi tâmpit. Fac puţină gâlceavă. Vorbesc despre cum văd eu femeia nordică. Persoana de la terapie încearcă să mă domolească.

Vio, în toate societăţile femeile sunt active, au roluri bine definite.

Nu cred. Acolo în Norvegia sau alte ţinuturi nordice, clima e mai rea, mai grea. Aşa că vrând-nevrând toată lumea trebuie să fie activă şi implicată în treburile comunităţii. Nu e vreme de stat la vatră. Clima nu lasă loc pentru femei de casă, care să stea să aştepte dereticând, cum se întâmplă la noi pe la ţară. Nu e loc pentru cultivarea pasivităţii!

Uite-te la noi la ţară, în comunităţile tradiţionale, toată lumea e activă, se duce la fân, la sapă. Ţi-ai găsit tu ţap ispăşitor pentru răfuiala cu feminitatea.

Aprob, mă gândesc că eram poate prea încrâncenată. Nu mai zic nimic de Mara lui Slavici, a cărei luptă era asociată cu casa şi copii. Plus că era cumva ironizată autorul o descria ca o muiere mare şi spătoasă.

Încep să-i explic cum tot mapamondul pare a avea o răfuială cu feminitatea aceea pasivă. Cum se investesc sume enorme pentru egalitatea de gen pe piaţa forţei de muncă şi cum se încearcă promovarea femeilor în funcţii de conducere şi necesitatea concediului paternal.

Ştiţi toată dinamica asta are şi ea un scop. Probabil ca să se ducă pe pustii toate diferenţierile astea stupide dintre masculin şi feminin. Ideea e să faci cât mai mult şi cât mai bine şi să vezi că sexul tău nu prea are un rol semnificativ în putinţa ta. O să vedeţi că vor începe să conteze indivizii, genul n-o să mai aibă un rol atât de pronunţat.

Persoana de la terapie pare să mă asculte cu interes. Mă opresc. Are loc o pauză. Îşi plimbă ochii dintr-o parte în alta. Oare ce se screme să îmi spună? Sper că ceva mintos.

Va fi important cam aşa – *fiecare este responsabil*

pentru propria lui existenţă.

Normal, şi cel mai tare mi se pare că rolul de gen pare să se clatine peste tot în lume. Uitaţi-vă că vor să bage şi alte genuri în afară de feminin şi masculin. Sau inclusiv posibilitatea de a renunţa la orice gen. Dar nu asta contează… Îmi pare că însăşi lumea vrea să pună capăt etichetelor pasivităţii. Să fii activ sau pasiv să fie o alegere şi nu o necesitate. Şi activul să nu mai fie asociat cu femininul sau masculinul, să fie ceva universal.

Am putea vorbi de *sincretismul34 dorinţei umane de a fi activ şi implicat*.

Ooo, hai că aţi spus-o bine pe asta. Arhetipurile lui Jung erau manifestările aceloraşi forme şi imagini în culturi diferite. Jung se folosise sincretism ca să ajungă mai uşor la individuaţie. Vorbea de o sincronicitate a evenimentelor şi stărilor care duc la ce trebuie, la reuşită.

Mă inflamez că vreau să fac sincretism. Mă închipui mare nod de schimbare, cum am eu legătură cu toate, le pot influenţa, mă las influenţată. Eventual lansez şi o sămânţă nouă în vechile tipare.

Zic că o să fiu responsabilă de propria-mi existenţă, voi asimila rosturile şi voi da şi rosturi noi. Închei şedinţa satisfăcută şi cu zvâc în mine.

Nu-mi dau seama că sunt sub imperiul unei confuzii. Sincretismul nu-i tot una cu sincronismul.

Sincretismul e cu elementele similare din culturi diferite. Iar sincronismul e cel cu coincidenţele şi simultaneitatea.

Eu pe sincronism îl voiam de fapt.

Şi miracol, soarta mă face să iau o porţie de sincronicitate. Să găsesc omul potrivit, la momentul potrivit.

E vineri după-amiaza. O vreme citesc pe internet despre Knut Hamsun şi caut diverse oferte turistice pentru vara scandinavă.

După care plec la aniversarea unei prietene. Beau, mă veselesc, sunt cu chef de carnaval în mine. Numai că

petrecerea se sparge destul de repede.

Plec să-l vizitez pe un prieten care lucra într-un club. E lume multă şi atmosferă de queer35 party. Se dansează, se socializează. E colorat şi pestriţ, ca la orice queer party. Mă întâlnesc cu nişte cunoscuţi, mă anturez cu câţiva oameni de pe acolo. Mă simt bine.

E destul de aglomerat, oamenii dansează, majoritatea sunt deja ameţiţi. Nu ai cum să treci aşa ca prin brânză. Îmi mai iau ceva de la bar şi mă duc agale prin mulţime să văd peste cine mai dau. Inevitabil, intru în coliziune cu diverşi. Mai zic un pardon, mă mai înghesui printre petrecăreţi. Mai împing în ideea de a trece mai departe. La un moment dat mă împotmolesc. În stânga un grup compact, în dreapta altul. În faţă mai mulţi oameni. Încerc să mă strecor. Nu merge.

Mă bulucesc un pic. Grupul din stânga se dă niţel la o parte. Tot nu pot trece. Individul din faţa mea e de neclintit. Nu ştiu ce îmi vine şi îl apuc de braţ. Îl trag niţel într-o parte.

Se dă uşor la o parte, dar în acelaşi timp parcă îşi şi împinge corpul către mâna mea.

Se întoarce către mine şi aud o voce calmă: „I'm submissive" (sunt ascultător, docil, supus, umil).

Pac! Se face o explozie în mintea mea. Parcă toată beţia îmi dispare ca prin farmec. Creierul meu derulează cu o viteză ameţitoare zeci de situaţii în care mă aflasem cu diferiţii mei parteneri.

Îmi pare că am o revelaţie, înţeleg ce caut de fapt. Încep să vorbesc cu individul.

34 Stare de nediferenţiere a elementelor unui fenomen, specifică fazelor primitive de dezvoltare. Îmbinarea unor elemente din sisteme felurite, aparent fără legătură între ele, sub un numitor comun.

35 Termen folosit pentru minorităţile sexuale şi practicile sexuale non-normative, care nu se conformează heteronormativităţii – homosexualitate, sado-masochism, transsexualism, bisexualitate, transgender, etc. Dar uneori

pentru şi oamenii care nu vor să îşi asume un gen anume – genderfluid sau pentru cei care renunţă la interacţiunea sexuală de bunăvoie – asexual.

Aflu că e din Finlanda, e cu doi ani mai mare ca mine. Mergem pe holul clubului şi observ că e blond şi are ochii albaştri. Mai are şi o vastă cultură generală. Superb. Îmi mai dă şi o senzaţie de bine, nu se bagă peste mine, îmi lasă spaţiu să iniţiez.

Îl iau acasă cu mine. Am parte de o feerie. Nu doar că îmi satisfac toate poftele sadice şi dânsului îi place.

Dar mai e şi afectuos, blând, amuzant şi inteligent. Îmi pare că am ce învăţa de la el.

Mă simit respectată, înţeleasă şi îndrăgită. E primul bărbat care nu îmi dă senzaţia că vrea să mi se impună în vreun fel. Pare că mă încurajează tăcut să fac şi să dreg.

Stă la mine aproape 24 de ore. După ce pleacă rămân cu un sentiment de libertate şi vigoare.

Îmi place. Îmi zic că am făcut fuziune cu rosturile statornice ale existenţei din nord. Că a dat sincronismul peste mine.

Vreau să îl mai văd, numai că opune ceva rezistenţă. Am aşa un zvâc în mine, o patimă şi fac pe dracul în patru să îl văd. Îl curtez. Are o atitudine duplicitară, ba îmi dă impresia că vrea, ba se împotriveşte.

Mă aprind şi mai tare. Simt că vreau să-l am pe finlandez cu orice preţ. Nu am mai avut niciodată parte de o asemenea senzaţie. E frumoasă, îmi dă un fantastic avânt de încredere. E enormă şi intensă, îmi place la nebunie.

Am un fel de satisfacţie interioară că am reuşit să simt ceva nou. Îl urmăresc şi curtez pe finlandez cu multă destoinicie. Am un avânt mare în a merge pe repede înainte orice ar fi.

Vine terapia. Nu pomenesc o iotă despre noua mea pasiune. Deşi eram cu afectul mai efervescent ca niciodată.

Încep prin a vorbi despre starea de bine, de echilibru, de satisfacţie interioară la care îmi doresc să

ajung.

Pentru că am impresia că dacă finlandezul va fi în totalitate al meu atunci voi avea parte de acele stări.

După care menţionez tensiunea mea că nu sunt suficient de bună. Îmi dădusem seama că finlandezul ştia engleza mai bine decât o ştiam eu. Simt că o să-i arăt eu lui ce bine voi stăpâni limba.

Mă vaiet persoanei de la terapie cum mă zbat eu între a mă crede cea mai bună şi a cea mai de nimic. Mi se vorbeşte despre amalgam şi stază.

Notez în agendă şi îmi zic că e cam ironic ce fac. Dar ştiu că dacă povestesc despre noul meu interes voi fi făcută arşice. Nu am nevoie de aşa ceva. Mai întâi trebuie să îl epuizez în legea mea, fără influenţa către conformismul la stereotipiile de gen pe care mi-o aducea agentul.

Întreb obsesiv de unde vine amalgamul şi staza. Mi se pomeneşte de doliu.

Mă duc cu gândul la aşteptările mele idealizate nesatisfăcute legate de finlandez. Pentru un moment îmi spun că poate fug după acel nordic aşa cum aş fi fugit după tata.

După care realizez că era o bazaconie. Nu alergasem după atenţia tatălui, nu încercasem să-l seduc. Ce făcusem eu când el era în prag de moarte? Îmi amintesc de intrarea mea la facultate. Am o mică revelaţie. Poate încercasem să îl salvez prin truda mea. Pusesem acţionalul la bătaie.

Acţiunea era patima mea. De aceea şi fugeam după nordic, căci mă încuraja tăcut să iniţiez. Ceea ce îmi oferea o satisfacţie pe care nu o mai simţisem.

Îi zic agentului că poate situaţia tatălui, că era cu un picior în groapă fusese principalul meu factor motivaţional în a intra la facultate.

Pare să agreeze perspectiva. Iar eu duc raţionamentul mai departe. Îi zic că poate nu am mai învăţat atât de bine deoarece tata nu s-a însănătoşit în urma fulminantei mele reuşite. Ceea ce mi-a frustrat

aşteptările. Mai rău, apoi a murit. Probabil mă idealizam, eram un erou. Iar moartea tatălui a înlocuit reprezentarea mea idealizată cu doliul.

Agentul pare extrem de satisfăcut de raţionamentul meu.

Îmi spune că *intersectarea tristeţii cu aşteptările idealizate duce la aşteptări neverosimile, la accentuarea faţetei agresive. Plus că obiectul lor a dispărut. Poate fi vorba de nişte aşteptări idealizate neconsumate, „De ce nu mă iubeşte?”*

Mi se cam urcă sângele la cap.

Ştiţi mai degrabă aveam o vină existenţială că nu reuşisem să îl salvez pe tata.

Şi de acolo s-a ajuns la un tartor masochist.

Adică?

Torturarea familiei prin măscăreală.

— Ăă?

— *Nu îmi asum ce mă hrăneşte, persist în blam şi „nu îmi trebuie mie”*.

Cu greau mă abţin să nu râd. Realizez că mă hrăneşte să fiu sadică şi să am lângă mine un bărbat docil.

Simt că nimic nu-mi poate sta în cale în explora ce poate să-mi dea relaţia cu finlandezul.

Cuvintele agentului m-au determinat indirect să mă dumiresc ce vreau şi că luminata-i domnie terapeutică e total pe lângă scopurile mele.

Revin la bolnava joacă cu terapia, la întrebările răstălmăcitoare.

Deci e posibil să fiu un tartor masochist. Ce credeţi că înseamnă acest lucru?

E o minimizare a întregii fiinţe.

Deci şi a individuaţiei. Ce fac eu să ajung la individuaţie?

Ieşirea din imitaţie, construirea individului, ceea ce conferă fiinţei o existenţă unică şi o distinge de alte fiinţe, realizarea de sine.

Indirect mă simt gratificată pentru pofta mea de finlandez. Făceam ceva ce nu mai văzusem la nimeni în jurul meu. Şi mai simt şi ceva nou.

Îmi place asta cu realizarea de sine. O să o fac. Habar nu am cum dar o să aflu.

Construcţia propriei fiinţe se face prin observarea limitelor şi calităţilor pe care le am.

Dar eu nu ştiu care sunt ale mele. Şi asta mă tensionează.

Tensiunile ieşite la suprafaţă din abordarea doliului îngustează conştiinţa.

Adică? Nu am trăit deja doliul anul trecut cu moartea bunicii? Dar poate oi fi rămas în impas. Ce fac să îl rezolv?

Conştientizez că m-a iubit cât a putut şi a murit.

Da pare ceva mai mult decât evident. Şi bunica şi tata m-au iubit, apoi au murit

Sunt două situaţii de doliu diferite. *Nu pot fi conglomerate*. *Fiecare îşi are specificitatea ei*.

Îmi dau seama că persoana cu care fac terapie chiar are un fix cu doliul. Nu-i problema mea până la urmă.

Eu am altele pe cap. Încep să îmi exprim avântul de a face şi a fi, dincolo de doliu. Agentul mă susţine că voi reuşi. Închei şedinţa şi mă gândesc cum rezolv eu engleza mea deficitară. Probabil chiar cu ajutorul finlandezului.

Mă mai văd un pic cu el, mă pune şi mai tare pe jar.

Renunţ la o şedinţă de terapie ca să petrec timp cu el.

După care îmi dau seama că de fapt omul e până la urmă un motiv. Eu chiar trebuia să îmi însuşesc o engleză mai bună oricum. Şi era o pricină numai bună să las în pace doctoratul pe moment.

Cum să fii un doctorand care nu are o engleză temeinică? Lumea academică are la bază şi o colaborare cu profesorii din alte ţări. Comunicările ştiinţifice au de cele mai multe ori loc în engleză, limba vorbită cel mai mult pe mapamond.

Aşa că hai să-mi iau şi mai multe ajutoare la învăţare.

Mă apuc să scriu.

Negociez cu un bun prieten, să purtam conversaţii în engleză şi îmi dădea dictări.

Încep să citesc James Joyce cu The Dubliners (în engleză desigur), pe care o primisem de la acelaşi prieten. Mi-am scos cuvintele pe care nu le cunoşteam, le-am scris chiar la sfârşitul agendei terapeutice. Mă tot uitam şi tot uitam la ele. Cum să fac eu să le asimilez cât mai repede? Mi-a venit ideea să scriu o poezie cu ele. Pe care evident i-am trimis-o prietenului care mă ajuta cu engleza:

My neurons are on the edge of imploding!!! În just eleven pages of Joyce I was overwhelmed by a huge amount of new words. The possible new-comers in my vocabulary are emphasised in this fragment I am sending with italic characters.

Să i decided to compose a *litany*... Maybe I will *shrill* at you live în order to also get the proper pronunciation. (Neuronii mei sunt pe cale să facă implozie! În doar 11 pagini de Joyce am fost copleşită de o cantitate uriaşă de noi cuvinte. Aceşti posibili noi veniţi în vocabularul meu sunt evidenţiaţi cu caractere italice în fragmentul pe care ţi-l trimit. Aşa că am decis să compun o litanie. Poate o voi urla la tine live, pentru a-mi asigura şi pronunţia adecvată).

Flaring the harness of dictionary (Fluturând harnaşamentul dicţionarului) *Summons* for you, to assist my endeavor (Te rog să fii prezent, să îmi asişti strădania) a *provision* of words does me a favor (o aprovizionare cu noi cuvinte îmi face o favoare) maybe is just the begining of a *clamber* (poate este doar începutul unei ascensiuni dificile) worthing more or less than a *tonner* (valorând mai mult sau mai puţin ca o para) still *scanty* results even if I am *sedulous* (în continuare rezultate neîndestulătoare, deşi sunt sârguincioasă) în a *straggling* sum of efforts în order to make even a native speaker jealous (extind la întâmplare o sumă de eforturi pentru a-l face gelos chiar şi

pe un vorbitor nativ)

my vocabulary is *ragged* but will *bulge* due to english *forfeit* (vocabularul meu este jerpelit dar se va umfla datorită confiscării englezei)

this is the reason why I *brandish* Joyce a counterfeit (acesta este motivul îi afişez ostentativ lui Joyce o imitaţie) a *shabby* first attempt, a *siege to* language I chose to *desist* (o primă încercare meschină, un asediu pe care i-l aduc limbii de la care am ales să mă abţin)

the *sloping gauntlet* of phrase construction almost makes me call my therapist (povârnita mănuşă-armură a construcţiei frazei aproape că mă face să-mi sun persoana de la terapie)

coping mechanisms begin a *chivalry* (mecanismele de apărare încep un comportament cavaleresc) subversively *chastising* this construct as *paltry* (subversiv şi pedepsind aspru acest construct drept neînsemnat) but I am the *tenant*, although I start to feel *feeble* (dar eu sunt arendaşul, cu toate că încep să mă simt plăpândă) I'll seize them, *pursued* and *squalid* creatures of the devil (Le voi apuca pe aceste creaturi chinuitoare şi jalnice ale diavolului)

anxiety is now a ridiculous *quay* (anxietatea este acum un debarcader ridicol) built with a wooden array (construită cu o oaste de lemne)

the inner sun of creation *bleaches* this lumber disarray (soarele interior al creaţiei curăţă această zăpăceală din cherestea)

suddenly Old Sol* becomes a *dripping* giant who brings *sultry* attacks to the wharf (deodată bătrânul soare devine un uriaş picurător ce aduce atacuri arzătoare debarcaderului)

I have now the *turf*, even if my *stem* is still a smurf (Eu am acum domeniul, chiar dacă trunchiul meu este încă un ştrumf)

clamp forehead, tiny *twitches* in my left eyebrow (fruntea umedă, mici zvâcniri în sprânceana mea stângă)

still eloquence to borrow (încă mai am elocvenţă de împrumutat) a *musty*scent comes to the nose, fear's quay is transformând into a *jaded crumb* (un miros mucegăit îmi vine în nas, debarcaderul fricii este transformat într-o fărâmă epuizată)

these thirty-eight words caused me a neuron bump. (aceste treizecizecişiopt de cuvinte mi-au cauzat un cucui la neuron.)

Old Sol – soarele, argou în limba engleză

17.04.2013

Eram relativ mulţumită de prima mea creaţie. Mă simţeam încrezătoare în viitor. Şi prietenul şi finlandezul fuseseră impresionaţi. Deci puteam.

Poezia a fost începutul unei efervescente perioade de scris şi citit. A fost fitilul ce a aprins zvâcul creativ în mine.

Într-un fel m-a susţinut şi finlandezul. Relaţia avansa zi de zi.

La câteva zile după acea poezie aproape că se mutase la mine. Omul citea mult în engleză şi mă motiva şi pe mine să o fac.

Găsesc că venise momentul să-i povestesc persoanei de la terapie despre incipienta mea relaţie.

Relatez „de-a fir a păr" cum am cunoscut nordicul. Agentul oftează a a pagubă când zic cum finlandezul îmi lasă spaţiu să mă manifest şi interacţiunea cu dânsul îmi prilejuieşte un sentiment de libertate şi vigoare. Arăt şi poze.

Mi-a zis că e un papleacă nediferenţiat, nu e nici masculin, nici feminin.

Rapid a concluzionat că acest finlandez este o etapă în viaţa mea, a apărut tocmai ca să mă pună faţă în faţă cu unele din aspectele mele necizelate şi conflictuale.

Cică individul este atât de ambiguu în sexualitate şi purtări încât poate atrage cu uşurinţă o sumedenie de proiecţii ale mele.

Putea fi o premisă validă. Omul îmi ieşise în cale ca să mă ajute să mă dezvolt. Să aibă un rol de homunculus

nediferenţiat care să îmi prilejuiască stabilizarea propriei mele identităţi.

El însuşi spunea despre sine că e ambiguu şi îl interesează ambiguitatea. Dar avea o minte bună, diferenţia şi explica coerent ce era şi ce vedea în jurul lui. Se juca şi el cu identităţile de gen, nu le lua prea în serios.

Dar era grijuliu, îmi deschidea uşile, îmi căra plasele, mă lua protectiv pe după umeri când traversam strada.

Gesturi ce puteau fi calificate drept gentileţe masculină.

Dintotdeauna apreciasem astfel de purtări, erau dovada unor bune maniere. Şi interiorizasem că un comportament civilizat avea legătură cu rolurile de gen. Nu doar că stimam manierismele, dar le şi încurajam. De ce să nu profit de ordinea iscată de maniere? Înţelesesem de mică că ordinea era un lucru bun. Totodată şi că o pot folosi după bunul meu plac.

Îmi plăcea să fac lucruri tipic feminine, să gătesc şi să deretic. De la o vârstă fragedă începusem să pun masa pentru familia mea. Şi nu îmi părea că acest lucru intra în contradicţie cu pofta mea de meştereală, de asamblat mobilă sau reparat prin casă.

Îmi părea că un om trebuie să ştie să facă de toate într-o gospodărie.

Îl omenisem pe nordic cu câteva mese. Fusese încântat. Strânsese şi spălase vasele din proprie iniţiativă.

Ceea ce mi-a spus că ar fi bun în casa mea.

Agentul nu era de acord. Am găsit de cuviinţă să-i fac în ciudă.

I-am mai spus cu mare poftă că individul este docil şi ascultător faţă de pulsiunile mele sexuale. Mă lasă să iniţiez, se pliază pe nevoile mele şi este cât se poate de evident că acest lucru îi produce şi dânsului plăcere.

— Şi nu e doar faptul că am o dinamică sexuală fantastică cu el. Dar literalmente omul îmi dă mai mereu o senzaţie de independenţă. A mea. Înţelegeţi? Niciunul dintre cei cu care am fost până acum nu mi-a mai oferit

aşa ceva. Parcă toţi voiau să mă posede într-un fel sau altul.

— *Te confrunţi cu un amalgam între seducţie şi masculinitate, cu un complex de ambivalenţă*.

— Şi ce ar fi de făcut?

— *Să explorăm independenţa, să explorăm seducţia, astfel încât să nu mai fie în amalgam*.

— Da' o să explorez independenţa cu omul până la capăt. Cred că ne-am sedus reciproc.

— *Sunt diferite, acum seduc, acum sunt independentă*.

— Oricum să ştiţi că nu îmi trag satisfacţiile din seducţie. Ci din interacţiunea sexuală. Aia îmi place mie cel mai mult. La seducţie pot renunţa cât ai zice peşte, e un joc banal cu senzaţii palide. Actul în sine e satisfacţia cea mare, visceralitatea.

Agentul oftează şi înghite în sec.

Goana după plăceri nu e întotdeauna cea mai bună.

Da e sănătoasă.

36 Jung povestise despre miturile omuleţilor artificiali produşi prin alchimie, homunculii, şi rolul lor în desăvârşirea alchimistului.

— *Te sfătuiesc să fii cu stare de prezenţă în interacţiunile tale, astfel încât să îţi construieşti role-sexul feminin autentic*.

— Nu mă interesează ăla. Ce să fiu pasivă? Eu dacă sunt pasivă şi dominată nu mai simt nimic.

A insista prea mult pe satisfacţia sexuală e o dovadă de neautenticitate atât pentru femei cât şi pentru bărbaţi. A fi robul plăcerii nu echivalează cu autenticitatea, care apare atunci când se funcţionează nu doar pe principiul plăcerii. Cu cât principiul plăcerii este mai mult perpetuat, cu atât viaţa poate deveni un calvar.

Poate, dar o să fiu cu luare aminte. Uitaţi scriu aici, ca să am la ce să mă gândesc. Ştiu eu cum e cu patologia plăcerii, doar m-am bâţâit 23 de ani. Cu sexul însă e

altceva. Nu e ceva compulsiv.

Uite-te la Sodoma şi Gomora, prezintă patologia plăcerii. Cu cât mă duc mai mult în legea plăcerii, cu atât sunt mai puţin capabilă să observ.

Iar schimbase persoanele. Şi insista orbeşte cu plăcerea. Mi-am spus că poate nu se bucura suficient de ea de o osândea atât pe a mea. Totodată m-a luat un pic frica că poate chiar fac patologie a plăcerii.

Credeţi că n-o să fiu în stare să mă observ aşa cum trebuie, să mă desprind când e cazul?

În momentul în care nu îţi asumi începi să te văleleşti şi văicăreşti.

— Da, mai stau un pic şi văd eu dacă merită să îmi asum relaţia sau nu.

Ai grijă cu nediferenţierea…

De ce?

Nediferenţierea pe orice plăcere sau realitate este o amestecătură ghiveci din care omul nu are cum să îşi construiască valori. Amalgamul trage în jos.

Mi se părea incredibil ce îmi făcea persoana de la terapie. Îmi condamna explicit poftele. Dar mi-am spus că va avea ocazia să vadă că se înşală. Mi-a dat un extra zvâc în a merge pe repede înainte, să scot din mine ce credeam eu că era bun şi nu domnia sa.

Cred că am suficientă viaţă în mine, şi suficient discernământ încât să fac alegerea bună pentru mine.

Dinamismul pus în combinaţie cu seducţia dă ambivalenţă. Seducţia apare mână în mână cu nevoia de control.

Nu neapărat. Cel puţin nu în cazul meu. Îmi place să controlez, să seduc mai puţin.

Am discutat o vreme în contradictoriu pe marginea seducţiei. Am dat-o pe individuaţie la un moment dat.

Mi se acrise de atâta dezaprobare.

Agentul a prezentat individuaţia ca *independenţa autentică, care e asumată, non-reactivă şi nepusă în*

situaţii neconforme.

Făcea baliverne psihologice. Şi ca să fie treaba treabă la sfârşitul şedinţei mi-a dat o nouă povaţă.

— Lasă, nu te mai duce tu acolo cu capul înainte, fără să te vezi pe tine, loisir37, detaşare…

Mi-am zis că pot să fiu mai în atenţie faţă de ce fac şi simt şi m-am dus cu capul înainte în relaţie.

În câteva zile nordicul s-a mutat cu totul la mine acasă. Mi-am golit un compartiment din dulap, i l-am oferit. Am făcut ordine împreună. Experimentam ceva absolut nou. Nu mai locuisem cu vreun partener. Mai toţi îmi dăduseră impresia că aveau momente în care se băgau cu picioarele în stilul meu de viaţă, să nu-mi respectau spaţiul personal şi lucrurile.

Nu puteam spune acelaşi lucru şi despre el. Era liniştit, tăcut, ordonat. Mă simţeam mai calmă şi mai încrezătoare ca înainte. Nu-mi vedeam spaţiul periclitat ci doar îmbogăţit cu o prezenţă agreabilă. Puteam discuta cu el despre orice, avea nişte raţionamente pertinente.

Şi nici nu se inflama când argumenta ceva. Puteam să învăţ să fac şi eu la fel.

Mutarea lui m-a dinamizat să scriu şi să citesc şi mai mult. Mi-am luat o agendă mare în care să-mi notez cu mai multă disciplină cuvintele cele noi. M-am apucat să-i răsfoiesc cărţile omului.

Pe 24 aprilie am scris prima mea poveste. Am folosit alte cuvinte necunoscute din The Dubliners în a crea o naraţiune de şase pagini despre sărbătoarea pascală românească. Voiam să introduc omul în atmosferă. Dar şi să îmi corecteze scăpările gramaticale. Pe 5 mai urma să fie Paştele şi îmi propusesem să îl iau pe domn la masa din familie.

Peste două zile am iar terapie. Agentul nu prea e mulţumit că am un nou locatar dar nu are încotro.

Uitaţi ce bun e. M-a motivat să-mi fac rigoare în asimila engleza. Îi arăt agenda, cartea. Deschid calculatorul. Arăt şi povestea.

Cumva îmi fac un nou ritual, să scriu şi să citesc măcar câteva ore în fiecare zi.

Una este ritualul, are şi o conotaţie oarecum negativă, şi alta este ritmul.

— Aaa, pai da, nu voiam eu să am parte de ritmurile statornice ale existenţei? Şi am dat peste omul ăsta. Îmi pare potrivit să mă inspire la ele.

A locui cu cineva implică o anumită schimbare de ritm. Se poate face în mod natural.

Adică cum?

Prin dăruirea reciprocă a lucrurilor spirituale, emoţionale, cognitive, afective.

Ştiţi că nu prea le am eu cu dăruirea. Dar poate că o să-i dau o şansă la un moment dat. Prefer devotamentul. E mai demn. Şi omul ăsta pare a avea şanse să-mi fie devotat.

37 Folosire optimă a timpului liber, potrivit dorinţelor şi înclinaţiilor individului

Povestesc despre cum bunica şi mama îmi tot subliniau cât de important era devotamentul într-o relaţie. Mie îmi părea o formă de ataşament sincer, conştient, cu valoare morală. M-am abţinut să-i zic că dăruirea e mai mult pentru a-i slabi de înger şi nestăpâniţi.

Dar dumneavoastră ce părere aveţi despre devotament?

E o atitudine şi o valoare. Presupune un cumul de aspecte motivaţionale.

Ce?

Independenţă, empatie, a fi util celorlalţi. E necondiţionat.

Nu m-am apucat să-i iau în derâdere asocierea necondiţionatului. Am presupus că poate voia să spună că te ţii de devotament orice ar fi, e un imperativ moral. Ce implică absenţa unor condiţii în care să se poată renunţa la el.

Am început să vorbesc despre povestea pe care o

scrisesem.

Am conturat aşa, pe pilotul automat al scrierii, un personaj, o fetiţă, ce făcea tărăboi şi debandadă. Se pare că o să îmi las spiritul de revoltă în scris.

Reactivitatea poate fi lucrată.

De ce?

Cu cât scad reactivitatea cu atât îmi cresc flexibilitatea.

Dar aşa, punând reactivitatea în scris, poate scap mai repede de ea…

E nevoie de un timp de obiectivare, de sedimentare.

Dar de poveste ce ziceţi? Aşa-i că-i bună?

Ai grijă cu orgoliul.

Da, am. Şi îmi mai exersez şi răbdarea cu noua mea ocupaţie de a scrie.

Pe măsură ce am răbdare scade şi orgoliul. Cu cât personalitatea e mai vanitoasă, cu atât e mai reactivă.

Excepţional, mă considera vanitoasă pentru că îmi găsisem o ocupaţie cumva atipică. Nu-mi încurajase defel demersul. Mie îmi părea ceva lăudabil, învăţam şi în acelaşi timp eram şi creativă. Îmi mai şi plăcea. Avusesem o mare senzaţie de împlinire când terminasem povestea.

Până la următoarea întrevedere cu agentul am mai scris o poveste mare.

Aş fi născut probabil mai multe dar m-am ocupat de sfintele Paşti. Curăţenie, cozonaci, ouă roşii, drob, biserică, mese în familie, mese cu prietenii.

A fost frumos. Finlandezul chiar s-a dovedit a-mi fi dedicat atât în treburile casnice, cât şi în demersurile mele de învăţare şi creaţie. L-am introdus neamului şi câtorva amici drept partenerul meu. Iar dânsul chiar s-a conformat acestui apelativ, s-a comportat cum trebuie, n-a vorbit prea mult şi mi-a tot sărit în ajutor fără să i-o cer. Majoritatea au fost de părere că îmi luasem un tovarăş docil şi tăcut.

Eu aveam percepţia că apariţia dânsului în cotidianul meu mă dinamizase. Îmi dădea avânt să-mi depăşesc

limitele, fără a avea vreo aşteptare de la mine.

Mama mi-a zis că ne-am găsit, firi independente, în căutarea unei libertăţi permanente, iar el aşa mai supus mie. Totuşi a ţinut să-mi sublinieze că probabil nordicul era o etapă din viaţa mea şi nimic mai mult. Pesemne vorbise cu persoana de la terapie.

Pe 17 mai am şedinţă şi iese o clocotitoare şi idealizată dezbatere. Închistarea entităţii se ciocneşte de spiritul meu pătrunzător.

Mai întâi relatez cu lux de amănunte ce sărbători bune am avut şi ce senzaţii am trăit dat fiind că nordicul a fost mai în permanenţă cu mine.

Ştiţi, mă gândesc că asta e prima mea relaţie bazată şi pe locuit împreună. Cred că e un pas important către maturizare, să ştii cum să-ţi împarţi traiul cu cineva.

Nu te îmbăta cu apă rece. Eu nu cred că ai cum să-ţi construieşti un viitor pe termen lung cu el.

Dar cine s-a gândit la aşa ceva? Nu aţi zis şi dumneavoastră că e doar o perioadă? Dar eu simt că învăţ enorm din ea. Mai ales treaba asta cu engleza.

Ai grijă cu auto-negarea.

Da, ce o să-mi spuneţi că ar trebui să mă angajez?

Auto-negarea poate fi şi refuzul asumării unui fel de a face matur, responsabil, al unui loc de muncă.

— Sinceră să fiu mi se cam rupe mie de locul de muncă stabil. Dacă era să am înclinaţie către aşa ceva o făceam până acum, dar nu a fost cazul. Sunt atâţia oameni care au reuşit fără un loc de muncă stabil de la antreprenori, la scriitori, la consilieri.

— *Va veni momentul în care se va petrece ieşirea din cuib.*

— Da, poate o să mă mut în altă casă, stau în apartamentul ăsta de când m-am născut.

Căldura cuibului contribuie la lipsa de încredere…

Şi la mai ce?

Măscăriciul, reactivitatea…

Mamă, lipsa asta a mea de încredere e lucrul care mă roade cel mai tare. Dintotdeauna. Fac măscări şi revolte ca să scap de oroarea neîncrederii!

A apărut nevoia unei alte achiziţii terapeutice?

— Da! Încrederea în sine!

— *Construcţia autentică de încredere este corelată cu etapa existenţială*.

— Aha, să am încredere că o să fac, chit că până la 28 de ani am cam ars gazul de pomană.

Totuşi ai făcut progrese semnificative.

Da, am scăpat de bâţâială şi mi-am scris dizertaţia. Lucruri pe care ar fi trebuit să le fac acum trei ani.

Parcă de trei ani nu te mai bâţâi.

Da, aşa e, dar puteam să nu mă mai bâţâi încă de când aveam trei ani!

Toate vin la timul lor!

Poate, dar eu sunt convinsă că puteam face mai mult!

Ţi-ai ales o *oglindă deformată în alegerea de perspectivă*.

Ce?!

Vedem în jurul nostru ceea ce suntem pregătiţi să vedem. Ochii noştri sunt conţinuturile noastre psihice. Decupez din lume ceea ce vine pe tiparul meu afectiv, cognitiv, motivaţional.

— Nasol. Eu nu vreau să fiu prizoniera ochelarilor de cal.

Poţi să fii tu însăţi schimbarea pe care o aştepţi!

Haideţi că asta e îndemn din ăla de revistă. Sau de cărţi cu ajută-te singur.

Agentul ia o pauză. Plescăie un pic şi oftează. Plimbă şi ochii dintr-o parte în alta. Apoi glăsuieşte grav.

Ce aştept de la mine?

— Ăăă. Să am o imagine mai bună despre mine.

— *Imaginea pe care o construiesc şi încep să o manifest poate fi un obiectiv personal. În funcţie de el fac paşii suficienţi şi necesari*.

Aha, să am bună măsură. Am nevoie să fac ceva bun din mine şi să mă înserez cu folos în ceva.

Putem vorbi de nevoia de recunoaştere a drepturilor mele fundamentale.

Da, să am voie să fac ce vreau şi e bun.

— *Afirmativitate*, *exprimare*.

Bine, am nevoie de afirmativitate şi să exprim ce pot.

„Am nevoie de *„şi „am nevoie* să *„semnalează un deficit*.

Pe bune?! Şi cum să zic atunci?

— *Mai bine aş spune că îmi doresc*.

— Ok, îmi doresc să am flow şi răbdare în a scrie cât mai mult şi cât mai bine.

— *Ai grijă ca răbdarea să nu se transforme în încrâncenare*.

— Da, vreau să-i dau cu activismul şi dinamismul în cât mai multe. Apoi să descopăr o chestie în care să-mi investesc tot dinamismul şi să reuşesc.

— *Dinamismul poate fi şi schimbarea*, *permutarea către firescul lucrurilor*.

— O să-l găsesc eu pe al meu, fie că fac doctoratul, că mă bag cu totul în ale scrierii sau că dezvolt o afacere, un proiect ceva.

— Poate fi *asumarea unui proiect personal de maturizare*.

Am rămas mută câteva momente. Mi-am dat seama că asta mă străduiam să fac oricum. Îmi venea să zic că atunci când o să ajung acolo n-o să mai am nevoie de terapie. Am tăcut. M-am mulţumit să încercuiesc din abundenţă cu roşu în agendă. Iar persoana de la terapie şi-a continuat argumentaţia.

— *Bine ar fi ca investiţia în proiect să fie dublată de depăşirea căldurii cuibului*.

Îmi părea că bătea câmpii cu idealisme de corporaţii condimentate cu oblojiri materne. De ciudă m-am apucat să chestionez.

Cum aţi descrie căldura asta a cuibului?

Mă complac, nu mă afirm, nu fac individuaţia, nu vreau, mă învârt în jurul cozii.

Scosese artileria grea, o dăduse pe individuaţie.

Păi şi cum nu mă mai învârt?

Mă reprezint adecvat.

Adică?

Eu am vârsta asta, ştiu că am, că sunt, ce fac cu ele… o alternare potrivită între exterior şi interior, a fi stabil în afirmativitate.

— Şi ce se întâmplă?

Fiinţa neşlefuită devine fiinţă conştientă cu asumare de sine… Asumare şi alegere conştientă.

Credeţi că eu nu sunt suficient de conştientă de mine? Nu văd eu că nu am suficientă încredere în mine?

Am scăpat de bâţâială, am scăpat şi de frica iraţională de lucrare. Acu gata, vreau încredere.

În lucru se ajunge de la rezolvările patologiei cotidiene la creştere individuală.

Mda. Aşa zicea şi Jung. Numai că mă cam îndoiam că agentul ar fi putut contribui bine la individualizarea mea. Abia după aproape patru ani de lucru terapeutic pusese clar problema trecerii de la corectarea dezadaptării la desăvârşirea individuală.

Când voisem tehnici de menţinere a atenţiei, în urmă cu vreun an şi jumătate îmi aruncase pisica moartă a recuperării emoţionale a trecutului, a integrării lui, pentru ca abia apoi să am acces la creştere şi dezvoltare. Bine, poate nici eu nu mă exprimasem suficient de clar.

Dar tot aveam senzaţia că îmi cultiva tăcut o dependenţă de a sa domnie. Şi nici că mă simţeam în formă să renunţ. Îmi mai trebuiau confirmări ale putinţei mele. Sau chiar eram dependentă. Ori intuiam că mai am lucruri de stors din relaţia terapeutică. De fapt toate la un loc.

Până la următoarea şedinţă mi-am văzut de feeria cu

nordicul şi am mai scris două poveşti. Îmi devenea din ce în ce mai clar că aveam un real deficit al exprimării şi gramaticii engleze. Lucru care mă făcea să citesc şi să scriu cu şi mai multă râvnă. Făcând şi repetând te înveţi până la urmă.

Descoperisem că îmi făcea o reală plăcere să compun un fir narativ, lucru ce îmi uscase şi mai tare avântul pentru doctorat. Îmi părea că a compune o lucrare de doctorat era mult mai plictisitor şi arid faţă de a compune o poveste. În cazul poveştii aveam mână liberă, nu depindeam de nimeni, pe când în cazul doctoratului trebuia să mă supun rigorilor, prescripţiilor şi restricţiilor academice. Ceea ce nu-mi prea convenea.

Îmi expun dubiile doctorale la terapie. Sunt îndemnată *să îmi găsesc şi să îmi pun întrebările potrivite*.

— Cum adică?

Cică *„sunt recunoscute după cantitatea de folos la nivel cognitiv, estetic, spiritual, uman pe care le au în ansamblu şi nu în funcţie de principiul plăcerii”*.

De bine ce mi-a spus să îmi pun întrebări dincolo de plăcere am găsit de cuviinţă să-i citesc una din poveştile mele.

Agentul a râs puţin, după care mi-a atras atenţia că am tendinţa de a utiliza un umor de tip absurd.

Şi ce-i rău cu el? Eu râd cu gura până la urechi atunci când scriu.

Umorul de tip absurd este diferit de umorul de bună dispoziţie. Umorul absurd poate fi perceput uneori chiar ca un surogat al bunei dispoziţii pentru că nu licitează autenticitatea, mă ţine în conflict.

Deci prin naraţiunile mele îmi duc mai departe conflictele… Ce-i de făcut?

Hmm… Asumarea propriului demers existenţial. În conflict nu am cum să mă dezvolt.

Adică să mă apuc de doctorat? Să întrunesc aşteptările normale?

Să îţi pui în lucru propriile aşteptări valorizatoare.

Păi nu prea ştiu câtă valoare îmi oferă mie doctoratul ăsta. E mai mult pentru a obţine valorizarea din partea celorlalţi, să obţin respectul.

Poţi dubita şi reflecta astfel încât să faci alegerea potrivită. Eu îţi sunt alături indiferent ce alegere vei face. Mă surprinde feed-back-ul afectiv pe care mi-l dă. Clar e într-o pasă şi o zi bună.

Îmi vine ideea să întorc fila agendei şi să fac un tabel „Doctorat" cu două coloane, „pro" şi „contra". Speram ca până la şedinţa următoare să „îl dovedesc" şi să-mi găsesc răspunsul dacă mă apuc sau nu de munca academică. Munca academică mi-o echivalam cu o nouă etapă existenţială.

Vorbesc un pic despre etapele mele existenţiale asistate de terapie – bâţâială, excese de substanţe psihotrope, Jung, Freud, renovările, moartea bunicii, dizertaţia.

Mă înciudez un pic că am bătut pasul pe loc. Îmi pare că puteam să fac lucrurile mai repede, mai din timp.

Îmi e frică ca nu care cumva să am tendinţa de a trage de timp, de a-mi prelungi nepermis de mult etapele.

Mi se spune că *lăsăm în urmă etape existenţiale* şi *pot face previziuni afective corecte*.

Mă mâhnesc că nu prea resimt încredere faţă de truda şi realizările mele. Am impresia că de fapt mă aflam într-un vicios cerc existenţial.

Sunt încurajată că prin stare de prezenţă voi ajunge la etapa potrivită şi utilă. Îmi spune şi că aş putea manifesta mai mult respect faţă de mine dacă nu mi-aş mai petrece timpul de acasă îmbrăcată în pijama. Înţeleg ce vrea să zică, aşa că îi promit că nu îi voi mai întâmpina domnia în pijamale.

Oricum am diverse straie de casă şi dormit. Unele sunt pijamale, altele sunt haine vechi de stradă sau treninguri. Nu voi stau eu să mă leg la cap cu atâtea schimburi, ba de stradă, ba de zi, ba de dormit. Mi-aş umple camera cu încă un rând de ţoale, „alea de dormit" şi

aş pierde timp să mă schimb de trei ori pe zi. În seara de dinaintea venirii entităţii pur şi simplu îmi voi pune o costumaţie care să nu arate a pijama.

Finalizez şedinţa cam îndoită. Dar convinsă că voi face. Şi nu neapărat doctoratul.

De fapt, eu intrasem într-o nouă etapă existenţială, cea a umplerii polobocului, atunci când m-am apucat să lucrez la dizertaţie. Dar nu conştientizam acest lucru atunci, pur şi simplu eram plină de avânt în a merge pe repede înainte.

Nici vorbă să lucrez la tabelul cu doctoratul până la şedinţa viitoare (31.05.2013).

Am mai scris două poveşti şi am fost total acaparată de planificarea unei excursii în Finlanda şi Estonia.

Finlandezul urma să plece la mijlocul lui iunie în Sodankylä, un sat din Laponia, aflat dincolo de Cercul Polar.

Acolo avea loc un festival de film, Midnight Sun Film Festival, al cărui principal ţel era să prezinte filme cât era ziua polară de lungă, adică cinci zile de filme non-stop. Un adevărat maraton, condimentat cu feluriţi invitaţi renumiţi. Desigur că îmi doream să merg acolo, îmi părea că vrerea mea de a lua contact cu „acele rosturi statornice ale existenţei din nord” prindea o formă concretă. Şi dacă tot mergeam acolo, de ce să nu zăbovesc puţin şi în Helsinki şi la Tallin, că tot era aproape. Aşa că mi-am configurat o vacanţă de trei săptămâni în Nord, de pe 8 până pe 27 iunie.

La şedinţă am început prin a-i sublinia entităţii că nu mai sunt în pijama. Zice că „îmi pun fundă roşie pentru un lucru firesc pe care puteam să-l face de la începuturile terapiei”.

Îi înjur afirmaţia în gând, nu comentez că putea să mi-o fi spus de la început, din frică că îmi va face apologia reproşorului.

Mă rezum la a-i vorbi cu mare emfază despre îndeplinirea dorinţei mele de la sfârşit de martie. Eram de-

a dreptul exaltată că urma să plec. Mi s-a mai dus din zvâc când am deschis agenda şi am văzut tabelul cu doctoratul. Numai de doctorat nu-mi mai ardea mie atunci!

Totuşi mă cam lua un pic angoasa că lăsasem doctoratul în ograda derizoriului. Ca să scap de ea am început să vorbesc despre perseverenţa mea în a asimila engleza.

Persoana de la terapie mi-a spus ceva relativ interesant. Că mai degrabă aş insista pe atitudinea constantă în a asimila. Deoarece constanţa implică modelare şi ajustare, pe când perseverenţa implică tensiune. O atitudine constantă nu lasă loc tensiunii: ea permite individului să se observe, să fie prezent la el însuşi. De *la observare se ajunge la înţelegere*, *apoi la integrare*, *apoi la adaptare*.

Când mi-a pomenit de adaptare am sărit în sus. Eram de părere că dintotdeauna m-am aflat într-o stare de adaptare.

Credeam că aveam câţiva piloni ai adaptării. Am povestit cum am devenit socială începând cu vârsta de 14 ani, cum am intrat prima la facultate în condiţiile în care nu învăţasem mai nimic în liceu şi în şcoala generală, cum am scăpat de bâţâială.

Subliniam că nu avusesem o creştere constantă, ci în puseuri. Deci m-am putut adapta şi fără a fi constantă. Mi s-a spus că e un moft să mă percep aşa. Fiecare are constanţa în el, inclusiv eu.

Da, poate am fost constantă în a-mi însuşi materia pentru facultate. De aia am şi reuşit. Numai că m-am oprit imediat după admitere. Aşa am rămas cu nişte goluri de informaţie, pe care nu ştiu dacă le-aş putea compensa oricât de constantă aş fi eu. Însă dorinţa mea de a face doctoratul poate că m-ar ajuta să le compensez.

Dorinţa e diferită de nevoie.

— Normal, nu ştiu câtă nevoie am eu să fac doctoratul. Dar îmi pare că am nevoie de gratificarea socială pe care mi-o oferă.

Reflectă cum îţi gestionezi *dorinţele şi nevoile la nivel social*.

Parcă mi-aţi dat o palmă peste ceafă. Dorinţa mea de academic e rezultatul unei presiuni sociale. De fapt nu am nevoie de niciun doctorat.

Eşti propriul tău stăpân.

Da, dar cu dinamismul ăsta mare al meu trebuie să fac ceva. Am mai multe resurse ca majoritatea oamenilor şi nu fac mai nimic cu ele.

Îţi cam pui fundă roşie. *Toată lumea are dinamism, diferă modul de a investi această dinamică*.

Avea dreptate entitatea terapeutică. Eram cam căcăcioasă, voiam piedestal pentru doctorat sau pentru dinamism. M-am amărât niţel după care mi-am spus că o să-i dau înainte, o să fac ce trebuie, până n-o să mai fiu.

Îmi părea că mă va ajuta şi soarta. Reuşisem să valorific ce-mi dorisem. Eram tare entuziasmată că plecam în vacanţă.

Dintr-o perspectivă plecarea mi se părea ireală. La nici trei luni după ce-l citisem pe Knut Hamsun şi-mi conturasem relativ serios dorinţa de a vizita meleagurile nordice, această dorinţă mi se îndeplinea. Şi cu bonus chiar, urma să merg acolo însoţită de un om de-al locului, finlandezul.

Am dat-o iar pe acele acele rosturi statornice ale existenţei la care eu îmi doream să ajung şi am încheiat.

Dar nu înainte de a propune renunţarea la şedinţa de dinaintea plecării, nu-i prea vedeam sensul.

Agentul a plescăit a pagubă. S-a împotrivit. Mi-a spus că *„şi aşa facem întrerupere de ritm şi nu e potrivit”*. Am acceptat. Mă simţeam vinovată că renunţasem la doctorat şi suspectam că mă va lua pe sus vreo mare frică de eşec social.

Nici vorbă. Mi-am văzut de scrierea unei poveşti noi şi ardeam de nerăbdare să plec. Aveam doar o inconştientă dependenţă de terapie şi n-aveam spirit să o văd.

Vine şedinţa. Bag entuziasm, povestesc ce voi vedea

în vacanţă. Sunt convinsă că voi lua o gură zdravănă de rosturi statornice şi o să-mi mai sporesc cunoaşterea cu nişte filme bune.

Agentul îmi spune că *rosturile bune ar fi blândeţea*, *împăcarea*, *detaşarea*, *bunătatea*, *simţite la nivel afectiv*.

Eu le voiam doar în măsura în care ar fi contribuit la acumularea mea de experienţe, resurse şi reuşite. Ideea poloboculuiplin îmi activase patima mea de a face şi a dobândi cât mai multe. Pesemne agentul o simţise şi n-o găsea deloc benefică pentru mine.

Avea un sens, nu poţi acumula bine dacă n-ai parte de echilibru, cumpătare, bunătate, detaşare. Utilitatea domniei sale în a-mi tempera avântul putea avea un rost.

Am început să fac paradă.

I-am zis că mai făcusem un pas simbolic către individuaţie, mă detaşasem suficient de mult de perfecţionism încât să pot face sinergie cu ceea ce era în jurul meu. Adică să văd oportunităţile ce îmi ies în cale şi să le fructific într-un fel sau altul.

Vedeam în interacţiunea mea cu finlandezul mai multe oportunităţi: afective, cognitive şi acţionale. Faptul că se mutase la mine, că îmi asumasem un parteneriat, că interacţiunea cu el mă motivase să învăţ engleza mai bine şi aşa ajunsesem să scriu poveşti, că urma să-mi petrec trei săptămâni în nord cu el, toate mi se păreau nişte oportunităţi.

Pe care nu le anticipasem în niciun fel, însă totuşi le luasem ca atare şi mă bucuram de ele. Ceea ce îmi reprezentam ca un alt pas către procesul complet de individuaţie.

Eram cam deplasată. Când agentul a început să îmi explice că procesul complet de individuaţie este greu realizabil pentru oricine mi-am dat seama că mâncam rahat.

Ce individuaţie? Speculam şi mă bucuram hedonist de viaţă şi simţeam că voi reuşi să fac eu ceva bun cu mine. Aveam mare clocot să mă duc pe repede înainte.

Eram aşa de bine dispusă că am fost de acord să fac şedinţă imediat ce mă întorc. Agentul tot bătea monedă cu *ruperea de ritm care nu e adaptabilă*. La sfârşit chiar ne-am şi urat reciproc multă voie bună pe perioada vacanţei.

Incursiunea a fost superbă. Helsinki-ul era o minunăţie. Totuşi cam scumpă. Iar Tallin-ul o fostă oază comunistă transformată într-un paradis al serviciilor şi a calităţii la preţuri rezonabile. Dar şi al mediului artistic tânăr.

Am prins sărbătorile solstiţiului de vară, o tradiţie străveche pe meleagurile baltice.

Reuşisem să înţeleg plăcerea solitudinii şi reflectării. Finlandezul lucra la acel festival aşa că mai bine de o săptămână am stat mai mult singură. Era un sat răsfirat, m-am tot plimbat prin el. Am ajuns şi prin pădure. Mi se reactivase pofta mea de explorare din copilărie.

Am avut câteva momente în care efectiv am simţit un soi de pace interioară. Pesemne au contribuit major peisajele, faptul că nu apunea deloc soarele şi nu în ultimul rând filmele.

Unul mai bun ca altul. Văzusem cel puţin douăzeci de filme.

Dar am şi socializat cu tot felul de oameni. Discutând filmele cu dânşii mi-am dat seama că al meu umor era tare cinic pe alocuri.

Vine terapia.

Povestesc rapid. După care, îmi expun cu voioşie umoru-mi cinic. Mi se spune că e nevrotic. Poate. Notez. Apoi îmi expun nedumerirea pe care o avusesem faţă de un regizor, Jan Troell.

Era descris ca o „fiinţă umană extraordinară” (a wonderful human being) în rândurile ce-i erau alocate pe pagina de internet a festivalului. Am crezut că era o descriere sforăitoare, cum mai văzusem de multe ori pe meleagurile natale la diverse evenimente unde erau prezente somităţi în etate. Care se dovedeau a debita numai platitudini, pentru ca apoi să fie periate şi adulate

din inerţie.

Troell era cam bătrân, născut în 1931. Eram curioasă să văd ce platitudini va debita. M-am dus la filmul şi prezentarea pe care i-o făcea chiar el filmului. Am rămas impresionată. Omul răspândea calm şi înţelepciune prin vocea şi discursul său. Folosea nişte cuvinte simple şi la obiect. Vorbea de trudă, dedicaţie, devenire, depăşirea limitelor, realizarea de sine, bucurie şi împăcare. Drept e că şi filmul ce urma să ruleze, As White as in Snow, prezenta viaţa unei femei care fusese crescută la o fermă şi ajunsese aviatoare la începutul secolului 20.

Îmi doream şi eu să fiu ca Troell la bătrâneţe.

Agentul îmi subliniază că Troell avusese un job şi încă îl avea la înaintata-i vârstă.

— Şi?

— *Munca*, *job-ul completează spaţiul interior*, *îl duce la împlinire*, *valorizare*.

Da, dar eu percep job-ul ca pe o corvoadă. Poate pentru că nu mi-am găsit vocaţia. Atunci nu mai e corvoadă, e pasiune, e implicare, faci oricum nu doar pentru bani. Pe mine nu mă condiţionează viaţa să-mi iau un job stabil şi rutinier. Ştiţi cum se zice, alege-ţi ceva ce îţi place şi nu vei munci o zi.

Uite-te la mine, ţi se pare că e o corvoadă să vin la tine şi să lucrăm?

Nu, dar ştiţi că persoanele de faţă se exclud.

Te poţi observa mai bine, astfel încât să găseşti ce îţi place.

Probabil că încă am filtre distorsionate prin care percep realitatea. Tre’ să le stăpânesc şi controlez, să mă detaşez de ele.

Observ mecanismele de apărare şi nu le mai dau importanţă.

— Da, făcând.

— *Tensiunea apare masiv din încercarea de a le controla şi se sporeşte pe măsură ce se încearcă un control şi mai mare*.

— Mie controlul nu mi se pare un lucru rău. Chiar dacă înţeleg că mă tensionez încercând să-mi controlez însăşi pulsiunile de a controla.

— *Ideea de a controla poate fi înlocuită de „să fac ce e important”, prioritizare*.

— Mă duceţi cu gândul la o carte pe care am citit-o cât am stat acolo. Eroul îşi prioritizase ce era de făcut cu el, se conformase standardelor sociale cu multă migală. Dar sfârşise prost, căci avea nişte porniri de nestăvilit, pe care le tot băgase sub preş ca să facă ce trebuie.

The Demon scrisă de Hubert Selby Jr. descria povestea unui om bântuit de propriile sale pofte obsesive. Deşi omul reuşise să aibă ceea ce era de dorit la nivel social, o slujbă bună şi o căsătorie reuşită, el nu se putea opri.

Voia mai mult şi mai mult, cu precădere lucruri imorale. Se străduise să facă ce era bine şi cuviincios, reuşise. Dar demonii nu-i dădeau pace.

Demonii lui erau: o poftă sexuală neconformă cu standardele morale şi extrem de agresivă, dorinţa nebună de a încălca normele moral-sociale dusă până la nivel de omucidere, dorinţa nebună de răzbunare, dorinţa nebună de a avea cât mai mult.

Eu m-am identificat cu dorinţa lui de a reuşi cu orice preţ şi cu compulsia lui de a avea cât mai mult, cu foamea lui nesecată pentru intensitate şi noutate, cu felul său agresiv de a obţine ce vrea.

Dar nu voiam să sfârşesc rău ca dânsul, să pună poftele stăpânire pe mine şi să fac obsesie proastă.

Ştiţi pofta aia nestăvilită e şi în mine…

Mă aşteptam ca persoana de la terapie să facă feţe-feţe, să îmi spună că nu e bine să mă identific cu personaje negative şi să mă umple de empatie şi iubire necondiţionată. Dar faţa-i părea chiar calmă şi mi-a zis ceva acceptabil.

Situaţia personajului este o pildă. În a delimita pasiunea de patimă. Omul acela se transformase într-un

demon căci nu şi-a investit energia cu folos, valorizator, ci a picat în patimă.

Aha. Şi ce fac astea două?

Pasiunea înnobilează, dă vieţii valoare, dă energie permanentă. E o rezervă de energie pentru lucrurile fireşti, cotidiene. Patima e o dependenţă, o formă auto-distructivă, în acelaşi ritual. Împătimiţii au un caracter negativ. Nu ai cum să îi despătimeşti, e dincolo de alegerea conştientă, nu poţi dezamalgama delirul.

I-am dat apă la moară vorbindu-i despre împătimiţii jocurilor de noroc. Mă simţeam deosebită că eu nu eram de fapt împătimită, puteam să mă controlez atunci când situaţia o cerea sau îmi propuneam ceva.

Deşi în capul meu cele două erau cam acelaşi lucru. Inclusiv dicţionarul explicativ al limbii române atestă o sinonimie între cele două.

Totuşi patima poate aluneca mult mai uşor în dandanale şi buclucuri. Căci este un sentiment mai puternic, mai copleşitor. Nu degeaba se spune în popor despre oamenii care trăiesc intens că au sânge pătimaş.

Şi eu cam avusesem dintotdeauna un asemenea fluid în vene. Numai că îl folosisem cumva împotriva mea. Mă bâţâisem. Trăisem în fantezii. Mă complăcusem într-o reactivitate şi o revoltă nebunească. Mă servisem prost de pofta mea de a controla.

Tot încercasem să-i controlez pe ceilalţi aşa parşiv şi subversiv în ideea de a obţine nişte satisfacţii mărunte şi meschine.

Terapia mă făcuse indirect să văd că de fapt puteam să mă controlez pe mine şi puteam ajusta benefic autocontrolul. Să lucrez permanent la stăpânirea de sine întru a acumula cât mai multe şi cât mai diverse percepţii, senzaţii, experienţe, reuşite şi avuţii.

Finlandezul, care era submissive, îmi trezise conştiinţa controlului sincer, dincolo de păcăleală şi manipulare. Îşi asuma explicit o dorinţă de a fi controlat. Realizasem cum controlul este un lucru ce poate fi

exprimat direct şi negociat. Şi aşa se ajunge la colaborare şi bună înţelegere.

Controlul nu e un moft, nu e un zmeu temut despre care nu se vorbeşte. E o tendinţă sau o acţiune ca oricare alta. Pe care e bine să ţi-o asumi, să o ajustezi şi rafinezi astfel încât să scoţi cât mai mult de pe urma ei. Şi să o pui în cârdăşie cu moralitatea.

Persoana de la terapie avusese o noimă cu oda asumării. Numai că îmi luase ceva până să descopăr ce era de asumat în cazul meu.

Pornind de la critica dură pe care o făcuse patimii mă mai dumirisem că aveam firi şi caractere diametral opuse.

Îmi părea că agentul avea o intuiţie şi nişte informaţii de care mă puteam folosi în dorinţa mea de a mă controla întru a acumula. Ideea era să nu-i iau prea în serios judecăţile de valoare. M-am detaşat un pic de luminata-i domnie. Iluzii, eram în dependenţă.

De la patimă la concret.

Era început de iulie 2013. Îmi asumasem dorinţa de a-mi însuşi engleza şi plăcerea de a scrie. Nu era chiar floare la ureche. Mă războiam cu atenţia care îmi fugea. Dar o controlam.

Mă controlam şi pe mine în a sta măcar 7 – 8 ore locului, lecturând cu atenţie, notând cuvinte sau compunând un fir narativ pornind de la cuvintele necunoscute.

Cu ocazia primei şedinţe încep să-mi expun nemulţumirile faţă de competenţa mea narativă.

Ştiţi mă căznesc să găsesc cel mai bun şi mai simplu cuvânt. Astfel încât să am efect maxim.

Bănuiesc că şi în viaţa de zi cu zi nu folosesc cele mai bune cuvinte.

E o diferenţă între a vorbi şi a rosti.

Care?

A rosti presupune un sens, *o coerenţă*, *implicare*, *responsabilitate*, *rost*.

— Dar pe mine nu mă preocupă asta acum, ci cum să fac eu ca să-mi găsesc cu mai mare uşurinţă cuvintele alea bune. Înţelegeţi ce spun? Vreau să scriu frumos.

Maslow vorbea despre estetic ca nevoie existenţială, arată coerenţă şi flexibilitate. Mă băga în alte oale. Nu pricepea sau refuza să priceapă ce voiam.

Cred că mi se cuvine şi mie o explicare în raport cu ce doresc.

„Ceea ce mi se cuvine / nu mi se cuvine" ar putea fi înlocuit că o altă abordare – „comunicare / discomunicare".

Drept e că nu prea ştiu eu să comunic aşa cum trebuie. Dar o să învăţ să o fac la modul firesc, cum aţi spune dumneavoastră.

Firescul are rost, are o logică a existenţialului, a necesarului.

— Aha. Vreau să am acces la firesc.

Îţi poţi modula conţinuturile astfel încât să o faci.

Cum?

Măsura în care începi să conţii, adică să ai conţinut adecvat te hrăneşte.

Poate suferea de bulimie de mă tot îmbia la hrană. Mi-am ieşit niţel din pepeni.

Uitaţi de hrănit ştiu să mă hrănesc. Şi cu mâncare şi cu informaţie. Problema mea e că nu îmi iese scrierea asta aşa cum mă aştept şi mă enervează.

Te poţi exprima cât mai firesc şi cât mai cu rost, să pui în cuvânt conţinuturi cu sens.

— Aha.

Conţinuturile potrivite scad şi gradul de agresivitate, îl transformă în dinamism.

Da, mi-aţi mai spus asta la un moment dat. Dar n-am înţeles cum se face transformarea.

Stare de prezenţă…

— Haideţi…

Receptivitate, rezonanţă, ascultare, exprimarea părerii. Dar şi găsirea unor activităţi care te afirmă, te pun

în a avea un rost pe lume.

În sufletul meu găsisem o parte a rostului. Era compunerea de poveşti. Mă cam deranja că agentul nu îmi lua în serios activitatea. Deşi i-o menţionam constant.

Îmi spuneam că poate nu izbuteam să i-o exprim cum trebuie. Nu degeaba mă îndoiam de pertinenţa cuvintelor mele din naraţiuni.

Dar ştiam că prin perseverenţă aveam să-mi transform limbajul.

Totodată realizasem că aveam o furie mocnită pe domnia terapeutică. De ce nu-mi accepta însuşirea englezei şi compunerea de poveşti ca parte a unui rost pe lume?

am avut puterea să i-o spun exact aşa. Am continuat şedinţa discutând banalităţi. Iar la următoarea întrevedere am încercat să i-o explic într-un mod mai blând. Nu am reuşit. Am picat în joacă bolnavă şi a ieşit o năpastă a neascultării şi neînţelegerii reciproce.

Stau şi mă tot gândesc la ce fac eu în ultimele luni. Am făcut ceva progrese cu engleza. Şi observ că activitatea asta a mea narativă e o reală plăcere. Am început să scriu o poveste aşa din neant, fără să mă mai folosesc de cuvintele noi pe care mi le scosesem în agendă.

Încep să-i povestesc despre ce am scris. Parcă inconştient voiam să-i iau în derâdere valorile-i pioase de primenire şi bună-cuviinţă.

A ascultat păţaniile unei pisici ce gândea ca un om şi îşi sabota stăpânul. Apoi a aflat succint despre un preot care luase LSD cu un enoriaş şi ajunsese la înţelegerea universală a binelui dincolo de dogmă. După care i-am spus despre cum am redat minuţios un parastas pentru a releva utilitatea psihologică a normativităţii doliului.

Mă asculta cu interes. La un moment dat şi-a dres vocea, şi-a luat tonul matern.

Uite Vio, *nu tot ceea ce creează plăcere e spre folos*.

Dar ce e spre folos?

Hrănirea interioară din perspectiva evoluţiei

existenţiale.

— Pe mine mă hrăneşte să creez mici naraţiuni. Poate dacă persist cu de voi ajunge să scriu şi un mare roman, poveşti.

— *Perseverenţa nu e o atitudine potrivită*.

— Bine, m-am exprimat greşit, e constanţă. Sunt constantă în demersurile mele de acumulat engleza şi făurit

— *E bine să avem o diversitate de activităţi, alter*narea *ritmului, nu mai apare compensarea*.

— Aha, v-aţi prins că o mai fac lată cu alcoolul din când în când. Dar îmi place.

Normal că mi-am dat seama, se vede pe faţa ta în unele zile.

Serios? Toată lumea îmi spune că arăt ca o floricică după o beţie. Nu am semne de mahmureală.

E vorba de menţinerea atenţiei, a coerenţei, de încrâncenarea privirii sau privirea absentă.

Da, drept e că sunt mult mai dezechilibrată cognitiv după beţie.

Păi vezi…

Da, dar mie chiar îmi place alcoolul şi carnavalul social iscat în jurul lui. Şi nu o fac constant. Am scăzut de la o beţie pe săptămână la una-două beţii pe lună.

Nu te hrăneşte, nu te dezvoltă…

Aha, da ce mă dezvoltă?

Plăcerea care e venită din bucurie, care e dinamică.

— Dacă aţi vedea ce dinamică sunt eu când beau… sunt sufletul petrecerii!

Te-am văzut de câteva ori după şi eşti relativ pleoştită.

Poate mă stăpânesc să nu fiu agresivă şi intru în apatie.

E o atitudine sănătoasă? Mă fac că nu aud.

Îi tot daţi cu bucuria asta. Poate că nu o am, nu ştiu să mă bucur firesc.

Mă aşteptam să îmi spună că o am şi îi pot da valenţe noi. Dar nu, parcă voia să mă pedepsească pentru spiritul meu petrecăreţ, pentru pofta mea de viaţă. Să îmi arate că n-am bucurie şi trebuie s-o construiesc.

Construirea bucuriei e o stare interioară.

— Şi plăcerea bahică, dionisiacă e o stare interioară.

Oftează. Se uită stăruitor la mine şi grăieşte o mare idioţenie.

Încă mă neg, *agresivitate*, *alcool*…

Aşa ziceţi? O fi şi negare. Da' las că vedeţi cum scap eu de ea.

Disiparea auto-negării apare prin conştienţa resurselor şi a limitelor, *nu doar declarativ*.

Excepţional, îmi inocula subversiv că nici nu ştiam cine eram. Cu siguranţă că-i lezaseră orgoliul poveştile mele. Dar nu mă las. Atac direct.

Că am scris dizertaţia, că mi-a fost acceptată şi încurajată propunerea de doctorat, că am găsit o modalitate inedită de a învăţa o limbă, toate sunt dovezi ale unei minţi care funcţionează bine. Nu că mă laud, dar măcar inteligentă ştiu că sunt.

Folosirea minţii e bine să fie dozată adecvat, *în folosul meu*, *în folosul celorlalţi*. *Când e util şi cu folos apare şi conţinut care flexibilizează percepţia asupra existenţei*.

— Fiecare are propriile sale noţiuni asupra utilului şi folosului. Plus că semnifică cam unul şi acelaşi lucru. Înţeleg că vreţi să vă pliaţi pe structura mea a excesului?

A râs după care am luat-o de la capăt cu polemica legată de alcool şi bucurie. Eu o ţineam pe a mea cu bucuriile din pofta de viaţă şi reuşite, iar agentul o ţinea pe *bucuria asumată*, *trecută prin filtrul raţional şi spiritual*. A sfârşit prin a mă îndemna la structurare şi sistematizare. Da, probabil că trebuia să-mi structurez prioritățile, să nu mai dau banii pe terapie şi să-mi sistematizez engleza şi mai bine. Eventual să încerc să-mi dau atestatul în engleză.

Totuşi a reuşit să mă amăgească că *alcoolul şi compulsia se necesită a fi destructurate*. Era un termen pompos, mă acaparase la vanitate, voiam să fac destructurare cu mine.

Nu realizam că a destructura însemna a desfiinţa structura a ceva. Adică a destructura alcoolul însemna renunţarea completă la dânsul. Cum să renunţi la băutură când tu eşti aşa de fel mai petrecăreţ şi dionisiac? E o neghiobie. Dacă o faci sigur te frustrezi apoi. Poţi cel mult să bei mai rar şi cu niscaiva măsură.

Iar compulsia e în legătură directă cu al meu sânge pătimaş, cu pulsiunea de a acţiona, de a acumula. Să renunţ la compulsie ar fi însemnat negarea propriei mele persoane.

Plus că dacă eşti compulsiv de la natură nu ai cum să te prefaci într-un caracter cumpătat şi liniştit. Poţi cel mult să-şi struneşti şi stăpâneşti natura compulsivă întru a obţine ce te interesează. Şi nu meschinării, ceva ce rămâne în urma ta. Urmaşi, avuţii, învăţături, ce-o fi. Dar să dăinuie o vreme.

Sau acest lucru, acumularea şi dăinuirea, era ceea ce mă motiva pe mine. Unii oameni se mulţumesc să fie iubiţi şi să iubească. Dar până la urmă iubirea e tot ceva universal, de când lumea şi pământul. Toată lumea are nevoie de iubire.

Doar că fiecare vede iubirea în felul său.

Poate şi compulsia mea de a acumula, de a-mi depăşi condiţia era tot o dovadă de iubire. Să las ceva bun în urmă, care să le fie de folos celor care vin după mine. Dar şi o dovadă de respect faţă de familia mea şi faţă de umanitate în general. Eu asociez iubirea şi cu respectul. Destul de mult chiar.

Dacă tot mă născusem şi făceam umbră pământului, măcar să nu o fac degeaba.

La următoarea şedinţă îmi întorc compulsia de a scrie pe toate părţile. Aflu multe ieftineli, un lucru mare, dar şi o ruşine şi o batjocură.

Lucrul demn de luat în seamă era că *puteam să nu mai asociez plăcerea doar cu recompensa imediată*.

Deci puteam să mă antrenez şi mai bine în răbdare, să persist şi să obţin în cele din urmă satisfacţia şi reuşita.

Îmi părea că agentul se făcuse de ruşine şi mă batjocorea spunându-mi încă o dată că ceea ce făceam nu era bun. Cică *era necesar să îmi găsesc o activitate care să îmi mobilizeze şi fluidizeze resursele*.

Păi nu asta făceam eu cu poveştile mele? Îmi antrenam răbdarea atenţia, însuşeam o limbă nouă şi mai eram şi creativă.

Iar agentul, neputând să se detaşeze de propriile-i valori nu o agrea. Pe de-o parte pentru că avusese acces la conţinutul poveştilor şi în mod evident îi lezau morala. Pe de altă parte nu era o activitate care să îmi aducă beneficii materiale imediate. Şi probabil domnia sa punea preţ pe astfel de activităţi.

Bine că am intrat în „vacanţă terapeutică” şi am scăpat de influenţa domniei sale. Nu am mai avut motive de îndoială de sine şi mi-am văzut de poveşti şi de acumulare.

Am început să mă trezesc mult mai devreme, pe la şase-şapte dimineaţa.

Mi-am dat seama că nu prea stăteam comod la al meu birou care avea nişte rotile. L-am scos. Mi-am luat o masă mare şi albă de sufragerie. I-am pus cinci scaune. Stăteam mai bine plus că nu mai trebuia să aduc masa pliantă atunci când aveam invitaţi la masă.

Am scris în continuare, am înşfăcat premisa de a-mi fi publicată una dintre poveşti pe o platformă on-line.

Totodată am trimis mai multe poveşti la o revistă. Nu mi-a fost acceptată niciuna.

Însă acest lucru nu m-a demoralizat ci m-a făcut să acord mai multă atenţie gramaticii şi construcţiei firului narativ. Puteam să fiu mai riguroasă. Aşa că am început să reiau diverse noţiuni de gramatică şi să regândesc unele dintre poveştile pe care le scrisesem.

În august mi-am pus serios problema vinderii apartamentului în care stătea mama. De prin martie începusem să strâng metodic bani. Mă motivase a mea născătoare.

Îşi lichidase o pensie privată şi îmi dăduse mie banii. I-am depus într-un cont de economii şi mi-am propus să îi înmulţesc. Până în august reuşisem să dublez suma. Drept e că şi mama mă ajutase.

Într-o zi am avut o discuţie serioasă cu mama. Am anticipat puţin ce avea să se întâmple cu apartamentul în care locuia.

Verişoarei mele îi revenea jumătate din casă. Şi cealaltă jumătate se împărţea între mine, mama şi sora mea. Evident că depindea de a mea vară să hotărască când voia să îl vândă. Mai ales că îşi petrecuse copilăria în el.

Am decis că venise momentul să-mi pun spiritul econom la bătaie. Ca din banii strânşi plus partea ce mi se cuvenea în urma vinderii să pot cumpăra o garsonieră sau un apartament cu două camere. În care să se mute mama. Doar nu era să stea iar cu mine.

Mama spera că poate avem noroc şi îl cumpărăm chiar noi. I-am zis că vrabia mălai visează, deşi adâncul meu nutream şi eu la acelaşi lucru.

Imediat după acea discuţie cu mama mi-am schimbat radical obiceiurile de consum. Nu mi-am mai cumpărat tot soiul de nimicuri, am renegociat diverse contracte astfel încât să plătesc mai puţin, nu am mai ieşit în oraş, nu mi-am mai cumpărat tot felul de produse gourmet.

Am început să trăiesc de-a dreptul modest, analizam la fiecare cheltuială pe care o făceam. Şi când vedeam că astfel suma economisită creşte mai mult decât simţitor mă umpleam de bucurie şi mai tăiam câte o cheltuială.

Prietenii ajunseseră să mă ironizeze drept un zbir al zgârceniei. Însă puţin îmi păsa că eram un harpagon.

Perspectiva de a lua o casă îmi dădea un avânt fantastic în a merge mai departe cu rigoarea economisirii.

Finlandezul mă susţinea şi cu economisirea şi cu

poveştile. Mama îmi spunea că are încredere că voi face lucrurile bine.

Vine data de 6 septembrie şi am terapie.

Pun agentul să stea la masă. Acum chiar stăm faţă în faţă. Nu zice nimic de egalitate doar subliniază că „mi-am făcut o sufragerie mai funcţională”. Mă mai dezumflu un pic în avântul meu.

Povestesc de cruciada acumulării şi povestea publicată. Nu menajez agentul, mă exprim aşa cum sunt năvalnică şi entuziastă. Agentul îmi propune să iau lucrurile pe îndelete.

Spun că nu am cum, nu am timp de pierdut.

Mi se spune că *„tensiunea e din start un obstacol, o încrâncenare, o blocare”*.

De aia nu mai pot eu. Dar hai să văd ce zice luminata-i domnie.

Deci sunt în tensiune şi nu e bine. Ce-i de făcut? Care ar fi, aşa cum ziceţi dvs., alternativă tensiunii?

Implicarea.

Păi şi nu mă implic eu cu toată fiinţa în tot ceea ce fac?

Aşa consideri?

Poate sunt compulsivă, da mă implic. Recunosc că mă bântuie şi frica că o să dau greş, dar aleg să nu mă uit la ea.

Implicarea presupune stare de prezenţă, reunesc în atitudinea mea atât motivaţionalul cât şi dinamicul.

Deci ceea ce făceam nu era bun. Nu reunisem bine, de aceea mi le spunea. M-a luat pe sus îndoiala de sine că nu voi ajunge niciunde.

Mi se spune că *„văicăreala este a stazei, când ieşi din văicăreală, atunci ţi-ai asumat că eşti întru starea naturală, de implicare, întru folos”*.

Iar concepte sforăitoare şi mă las purtată în joaca bolnavă cu ele. Îi zic că vreau să îmi însuşesc starea de prezenţă ca algoritm de funcţionare. După care o dau pe

individuaţie. Că acolo voi ajunge eu prin scrierile mele.

Aflu că *„procesul creativ al individuaţiei presupune un sens, o formă personalizată”* şi că *„e necesar să am grijă că principiul plăcerii e auto-consumant”*.

O iau de bună, mă amărăsc, îmi spun că tot ceea ce fac e sub principiul plăcerii şi sub tensiune. Agentul are darul de a mă influenţa nefast. Fac prostia să-i zic ce-mi trece prin cap.

Da, poate că toată tendinţa mea către intensitate şi exagerare merită a fi strunită cumva mai bine.

Exagerarea e complementară cu un deficit. În momentul în care văd exagerarea şi văd deficitul ies punctual din amalgam.

Arunca perle la porci. Tot ce aveam nevoie de la domnia sa era un zvâc că pot de una singură. Nu aveam nici cea mai mică pulsiune să ies din exagerare, ci doar să o folosesc şi strunesc bine. Iar amalgamul îmi părea o tinichea coclită pe care tot încerca să mi-o atârne de grumaz.

Pricepusem că era bine să delimitez şi să diferenţiez. Dar luminata domnie terapeutică tot o ţinea danga cu aliajul. În limbajul comun amalgamul este folosit pentru a denumi un amestec de metale. Putea măcar să mai alterneze, să-i zică talmeş-balmeş sau deformare.

Nu am curajul să-i ironizez cu voce tare preaiubitul concept.

Revin la zvâcul de început, îi subliniez că mi-am schimbat programul, că am devenit un om matinal. Ba chiar îi solicit să avem terapia dimineaţa de la opt.

La puţină vreme după plecarea entităţii terapeutice am o mare surpriză. Neplăcută. Realizez că agenda în care scriam mai avea două foi şi se termina. Era jalnic. Mă aşteptam ca odată ce termin agenda, care era mare şi cu multe file, să termin şi terapia.

Canci. Făcusem aproape patru ani de terapie, umplusem sute de pagini cu prescripţii, informaţii şi reflecţii personale. Şi tot făceam terapie, şi înţelegeam că

mai aveam enorm de multe aspecte de lucrat.

Halal dezvoltare productivă şi constructivă a Viorelei Strat. M-a cuprins o deznădejde pestilenţială.

Pentru un moment mi-am spus că sosise vremea să renunţ la terapie. Scăpasem de bâţâială, îmi scrisesem dizertaţia. Pentru ce îmi mai consumam timpul şi banii?

Răsfoiesc agenda. Retrăiesc tot soiul de situaţii. Îmi dau seama că nu sunt sigură de absolut nimic.

Probabil dezvoltasem o mare dependenţă de entitatea terapeutică şi îmi găseam motive să n-o trimit să plimbe ursul amalgamului la alţi clienţi.

Plus că tot răsfoind sutele de pagini mi-am spus că într-o zi ar fi putut deveni o carte. Numai că nu aveam nici cea mai vagă idee ce le-ar fi putut lega. Erau o sumedenie de informaţii contradictorii şi redundante.

Îmi era lehamite de mine şi de terapia mea.

Era de nesuportat ideea că făcusem o terapie de nimic. M-am dus la polul opus, mi-am amintit de cum citisem eu Jung şi Freud, de cum făcusem imaginaţie activă.

Nu îmi dădeam seama că acele lucruri erau meritul reactivităţii mele faţă de agentul terapeutic. Şi al pulsiunii mele de a-i răstălmăci şi controla cuvintele.

Sub ideaţia imaginaţiei active închid agenda şi o pun bine până la şedinţa următoare. Îmi propun să scot în evidenţă lucrurile bune pe care le-am obţinut din terapie.

Pic în auto-învinovăţire. Inconştient nutream ca agentul să-mi echilibreze încrederea în mine.

Nu s-a întâmplat. Poate şi pentru că nu i-am subliniat clar că sunt pe cale să termin agenda şi mă aşteptam să fi terminat şi terapia odată cu agenda.

Sunt blajină şi îmi consum furia mai mult notând puchinos pe ultimele foi.

Nutream aşa puţin să se întâmple un miracol. Să am revelaţia sensului terapiei şi să o şi finalizez, cu adnotări minuscule pe ultimele pagini.

Îmi e ciudă că am pierdut timpul, că nu am fost capabilă să-mi ajustez şi explic bine mecanismele de apărare. Unde o să ajung?

Îmi pot acorda iertare mie, iertare celorlalţi.

Ce legătură au ceilalţi?!

Pentru că punând în acţiune un mecanism de apărare ceilalţi mi-au fost oglindă şi mi-au răspuns cu aceeaşi monedă.

Da, un carusel al jocurilor bolnave. Dar lăsaţi că le pun cu asupra de măsură în poveştile mele, le mumific acolo să scap de ele.

Lucrul mecanismelor presupune mai multă exigenţă de-atât.

Ooo exigenţă! Aţi zis un cuvânt mare. Asta vreau eu de la mine!

— Pot avea exigenţă în urmărirea dezgropării darurilor mele, în auto-observare, în coerenţă, constanţă, consistenţă.

Îmi vine să-i zic de ce văzusem în viziunea mea, de basmul cu Cioc de Sturz. Că am dinamism, soare, forţă şi altruism. Dar ştiu că mă va face de doi bani. Probabil o să-mi spună grav că am tendinţă la păcăleală afectivă şi îmi asum comportamente masculine. Mă simt în impas mare de tot. Câteva momente nu mai zic nimic. Am un uşor imbold să-i spun că gata ştiu care îmi sunt darurile şi nu mai am nevoie de terapie.

Dar mi-e frică. Dacă mă înşel? Dacă de fapt nu am rezolvat nimic? Parcă simţisem iar o poftă de a mă bâţâi după ce scrisesem o poveste de 11 pagini într-o zi. Aşa, ca să mă recompensez, că îmi depăşisem cu mult limita anduranţei.

Literalmente sunt într-o fugă de idei care mă împovărează şi descurajează.

Dar mă stăpânesc magistral. Nu se vede nimic pe faţa mea. Agentul nu zice nimic. Tace şi gura domniei sale.

Încep să vorbesc despre lipsa de disciplină a poporului român dată de moştenirea orientală, otomană.

Că tot avea legătură cu exigenţa. Agentul îmi spune că *România e la întretăiere de drumuri, spaţiu cultural foarte bine reprezentat arhetipal, datorită nenumăratelor influenţe*.

Ajungem să vorbim despre Eliade şi Jung. Revin la căutarea naivă a minunii, poate aveam să obţin ceva care să mă facă să închei terapia.

Vreau să ajung şi eu la exigenţa în care trăia Jung. Omul era şi cu munca intelectuală, dar şi cu aia fizică, ţărănească. Ştiţi că şi-a făcut de unul singur o casă la Kesswil?

Se face că nu aude, bagă placa.

Poţi face uz de structurare. De punere în ordine.

Cum?

Mă întreb „la ce îmi e de folos?”, „cu ce sens?”, „ce compensează?”

— Sigur, dar aş vrea şi eu măcar să am o competenţă…

Era un moment de maximă tensiune. Mă aşteptam să îmi scoată în evidenţă o competenţă a mea, cât de mică.

A spune „măcar să am o competenţă” denotă o limitare, o prestabilire de limită.

— Vreau să dau o formă bună forţei şi vigorii mele! Să mă desăvârşesc şi eu ca Jung.

Alegerea unui model masculin de comportament poate fi nepotrivită.

Dar mie îmi place să fac încrezător ca un bărbat. Mi-e ciudă că lumea are ceva împotriva voinţei mele.

Răfuiala cu masculinitatea…

Sar ca arsă într-o răstălmăceală dusă la extrem, nu las agentul să-şi termine propoziţia. Sunt zgâlţâită şi încordată la maxim.

Nu, e chiar un pumn al răfuielii cu masculinitatea, am o componentă masculină pronunţată şi neg feminitatea pentru că o văd ca pe ceva pasiv. Parcă nu-i loc pentru mine pe lumea asta aşa cum sunt. Şi nu fac rele.

Jocul de putere, dezordinea interioară, agresivitatea, furia pot fi lucrate.

Sunt furioasă, nu mai pot!

Furia e antecamera agresivităţii. Semnalează un deficit de afectivitate.

Clocoteam. Voisem încredere în forţa şi vigoarea mea şi sfârşisem într-o discuţie stupidă despre feminitate şi masculinitate. Poate era vina mea că spusesem „încrezător ca un bărbat”. Dar şi să-mi spună că furia e deficit de afectivitate era o nătăfleţie pentru mine. Parcă voia parşiv să mă dea pe brazdă iubirii împărtăşite ca scop ultim în viaţă.

Totodată parcă descria fix ce făcea. Nu-mi oferea suportul afectiv pentru a merge de una singură mai departe, pentru a-mi lua încrederea în forţele proprii. Furia mea semnala un deficit de afectivitate din partea agentului terapeutic.

Am încercat să mă disociez de toată tărăşenia. Eram prea slabă ca să-i zic entităţii terapeutice să se ducă pe pustiu şi să mă scutească de a sa gândire idioată. Aveam o patologică voinţă de confirmare din partea domniei sale. M-am străduit să orientez discuţia într-acolo.

Bun deci am un pumn al răfuielii cu masculinitatea. Cum mă duc dincolo de el?

Acordarea de limpezime, rost, bunăvoinţă, optimizare, soluţionare.

Spuneţi de soluţionare. Ce fac eu cu tensiunea asta a mea, cu energia mea ca să scot ceva bun din ele? Să fac dintr-un sens rău unul bun?

Tensiunea poate fi convertită în implicare, i se dă un sens util, adaptabil. Tensiunea mea nu e catastrofă.

— Dar eu simt că am parte de o catastrofă! Nu am făcut nimic!

— *Mecanismul poate fi convertit prin alegere conştientă*.

La ce mecanism se referea doar bunul Dumnezeu ştia. N-am avut inspiraţia să întreb. M-am vârât în iluzia

desăvârşirii. Am zis că alegerea conştientă este rezolvarea tuturor problemelor mele, am urcat-o pe un piedestal, declarând cu emfază cum voi alege eu să trec dincolo de toate mecanismele.

Eram într-un mecanism de supra-compensare a tragediei eşecului meu cu terapia. Nu voiam să-l accept nici friptă cu un fier roşu.

Mi-am continuat lauda alegerii şi la sesiunea următoare. M-am prins a vorbi iar despre poveştile mele, cum îmi bag în ele mecanismele şi cu resimt pe alocuri o stare de mulţumire.

Mi s-a spus că la *„starea de mulţumire, de împlinire de sine ajung când îmi demontez demonstrativitatea care are ca formă convertită măscăriciul”*. *„Astfel voi avea acces la resursele mele interioare”*.

De ciudă spun că mă voi disocia de demonstrativitate. Aflu că disocierea nu e totuna cu detaşarea. Ştiam. Dar pesemne făcusem un act ratat, spusesem inconştient ceea ce făceam de fapt, mă disociam de calitatea îndoielnică a suportului ce mi se asigura dintr-o iluzorie speranţă că îl voi obţine.

Din aceeaşi speranţă propun să mă adresez agentului cu apelativul de tu. Ştiam de la Freud că relaţia terapeutică trebuie făcută de la egal la egal.

Îmi este încurajată propunerea, cică *„a vorbi la per tu are rezonanţă afectivă”*.

Încep să-i zic cu tu despre tumultul meu interior că nu am reuşit nimic. Stârnesc acelaşi platitudini pe care le tot auzisem timp de patru ani.

Aflu că *„inconştient păstrez plăcerea ambivalentă a amalgamului”*. *„Aleg afirmativitate în loc de demonstrativitate. Iar soluţia adaptabilă trebuie găsită la nivel interior”*.

Sfârşesc prin a mă adresa iar cu dumneavoastră şi a mă plânge că mai am o foaie, termin agenda şi tot nu am găsit soluţia. Era 20 septembrie 2013.

Agentul îmi sugerează să mărim ritmul şi cantitatea

şedinţelor. Se justifică că *sunt sub imperiul unei tensiuni şi pot apărea conţinuturi ce se necesită a fi lucrate*.

Accept cu bucurie. Căci simt o mare undă de speranţă. Poate sunt gata-gata să descopăr şi să ajustez piesa mea ultimă, să scap de neîncredere şi de terapie. Îmi spun că agentul vrea să mă pregătească pentru finalizarea terapiei.

Mă înşel cumplit.

Peste trei zile, fix cu o zi înainte să împlinesc 29 de ani, am terapie.

Povestesc despre toată truda mea de a genera aparenţe şi cum i-am pus eu stop dat fiind că mi-am găsit scrisul, o activitate care să mă împlinească. Doar – doar să se prindă agentul o rezoluţie eliberatoare.

Nici vorbă. Zice că *„e necesar să caut şi să generez posibilităţi satisfăcătoare pentru mine şi pentru ceilalţi, să îmi doresc lucruri utile, general valabile”*.

Mă apuc să vorbesc despre caracterul bun al unui om. Zic că nu sunt departe de a trăi în lume ca o persoană de bun simţ ce are un comportament bun.

Degeaba. Nu sunt susţinută. Mi se spune că *„în timp mi se va sedimenta potrivitul”*.

Încerc pe altă cale. Îmi amintesc că în luna mai vorbisem de ieşirea din cuib. O spun. După care enumăr ce făcusem din mai până atunci – renunţasem la aparenţa doctoratului, reuşisem să descopăr plăcerea de a scrie, aveam o relaţie stabilă şi mă pregăteam să cumpăr o casă.

Mă aşteptam să mi se spună că gata, sunt un om matur şi mă pot descurca de una singură, fără asistenţă psihoterapeutică.

Dar nu.

Tinzi către a da un sens util şi adaptabil construcţiei, către convertirea agresivităţii în dinamism şi implicare.

Îmi venea să plâng, să urlu şi să răstorn masa. Toate în acelaşi timp. Înghit furia şi încerc iar să obţin o confirmare.

Uitaţi scriu acum pe ultimul rând al agendei ăsteia. E

un catastif al drumului meu către realizarea de sine. Am înţeles că trebuie să trăiesc în această lume ca o persoană ce are înţelepciune practică, judecată sănătoasă şi se comportă cum se cuvine. Gata am ieşit din cuib. Între *17.05. – 23.09.2013 s-a realizat ieşirea mea din cuib…*

Ultima frază o spun grav şi apăsat. O notez şi în agendă. Am inima cât un purice. Aştept o izbăvire de vina mea existenţială că nu făcusem suficient şi la timp. O confirmare că am ieşit din cuib şi nu mai am nevoie de terapie. Nu simţeam eu niciun cuib, nici nu-l simţisem vreodată. Doar pricepusem că entitatea terapeutică asocia maturizarea şi ordinea cu ieşirea din cuib.

Mă păcăleam că merge şi cu metaforă de adormit copii, merge şi cu primenire, merge şi cu orice. Doar – doar să scap, să mi se spună negru pe alb că pot, sunt independentă şi soarta e în propriile mele mâini.

Nu. Agentul ia o pauză, îşi plimbă ochii dintr-o parte în alta şi îmi arată că încă am nevoie de domnia sa.

Vio, de acum trecem într-o altă etapă…

Da? E evident că am scăpat de dezadaptare, de nevoia de a-mi corecta comportamentele. Ce ar mai fi de făcut…

N-am avut vână în mine să spun că ce ar mai fi de făcut e să încheiem dependenţa terapeut-client. Speram să o facă agentul.

Se ajunge la o *psihologie de profunzime*. *Comportamentele sunt doar un vârf al aisbergului*. *Se ajunge la o profunzime a analizei şi înţelegerii*.

Mă simţeam îngrozitor, nu obţinusem nimic. Dar senzaţia de groază şi înfioare s-a convertit în curiozitate.

Oare ce presupunea psihologia de profunzime? Trebuia să-mi oblojesc şi eu cumva eşecul.

Stabilim să facem o nouă şedinţă peste două zile.

Îmi serbez ziua chiar în seara aceea. Dionisiac, într-un restaurant aflat la etajul 18, de unde puteam vedea tot Bucureştiul. La 12 noaptea, când ciocnim, îmi spun în mintea mea că voi realiza ceva până la anul, când voi

împlini 30 de ani.

Aniversarea propriu-zisă, ziua de 24, o petrec prin muncă. Mă duc la kinetoterapie, scriu şi citesc. Îmi scormonesc şi casa după o agendă nouă.

O intitulez *Psihologie de profunzime*, deşi mi se pare cam bombastic şi neavenit.

Nu acceptam că agentul era uşor dus cu pluta pe alocuri. Îmi spuneam că o şti domnia sa ce-o şti. Chiar dacă speculam că ar fi avut urme de tulburare afectivă. De îmi tot ridica în slăvi trebuinţele emoţionale şi empatia. În condiţiile în care nu realiza ce simţeam eu de fapt.

Mă păcălesc. Îmi zic că de fapt mă pricep eu foarte bine la disimulare.

Vine la datorie. Eu tot sper să obţin o confirmare, să găsesc sensul terapiei mele. Dau apă la moara metaforicului aisberg.

Am terminat cu zgârierea spectrului dezadaptării mele, am ajustat componentele ce mă blocau. Suficient de mult încât să merg în profunzimea conflictelor mele interioare şi să le pun capăt.

Agentul plimbă ochii. Sper să-mi zică ceva de vreun conflict. Dar nu.

Potrivit e să ai aşteptări de creştere.

Mă aştept ca într-un fel sau altul să rezolv de-a binelea toată treaba cu dezadaptarea mea.

Adică?

Să mă fac un om mare şi bun, să ia ceva în urma mea. Nu degeaba am început o agendă nouă. Are şi cotorul auriu. Şi e din piele din aia bună. Vedeţi?

Îi arăt agenda, nu are nicio reacţie.

Pe cine imiţi tu acum?

Nu ştiu, dar vreau să fiu şi eu un om normal, ca ceilalţi.

Una e să ai aşteptări şi exigenţe faţă de tine, alta e să ai non-valori, imitaţii, pseudo-adaptări. Vreau să fiu ca ceilalţi are componentă de demonstrativitate.

În orice îmi găsea cusur afurisenia agentului. De multe ori îmi spusese că era bine să îţi doreşti să fii ca ceilalţi, şi acum că îmi doream, tot nu era bine. O dau la întors.

Vreau să mă individuez.

Imitaţia e în incongruenţă cu individuaţia, aşteptările şi exigenţele personale.

— Păi şi ce ar fi de făcut?

— *Eu cine sunt, ce fac cu mine, care e rostul meu pe lumea asta*.

Era culmea! Taman ce îi spusesem cu o şedinţă înainte că poveştile şi scrisul pentru moment. Totuşi m-au cuprins furia şi frica în proporţii egale. Dacă nu aveam un sens? Sau dacă agentul era total tembel şi capricios?

Iar eram în mare în mare impas. Nu ştiam ce-i de făcut. Să renunţ la gluma psihologiei de profunzime sau să mai aştept o vreme până aflu că are un sens?

Nu ştiam, nu ştiam! Era oribil. Din lipsă de răspunsuri, încep să mă plâng că nu am făcut nimic şi nu ajung niciunde.

Aflu că „*aoleul înseamnă aşteptările supradimensionate şi incapacitatea de a pune în acord resursele cu ceea ce am de făcut*”.

Mă simt ca cel mai prost găgăuţă de pe pământ. Iar îmi spunea printre rânduri că nu eram în stare de nimic. Îngaim ceva despre poveştile mele. Îmi sunt şi alea făcute de doi bani. Cică „*jocul, învăţarea, munca sunt tipuri de activităţi umane*”.

Încep să îndrug câteva verzi şi uscate despre viaţa mea de zi cu zi, de cum începusem să mă trezesc la şapte şi să încerc să fac cât mai multe. Îmi spune şi agentul ce mai făcuse şi ajunge să mi se plângă de nişte păţanii din luminata-i viaţă. Suferise nişte frustrări. După mine vorbea de o meschinărie. Pe semne de aceea era aşa cusurgiu.

Dar m-a surprins că mi-a împărtăşit ceva din viaţa-i personală. Ori prinsese încredere în mine, ori suferise o aşa o dramă încât nu se putea stăpâni în a nu povesti

tuturor despre ea.

Oricum era total deplasat şi eu nu realizam. Năzuiam să primesc niscaiva psihologie de profunzime.

Am primit praful de pe toba cea veche. Şedinţa s-a finalizat cu un îndemn ponosit – *să am curgerea firească, rostul lucrurilor, fără ciudă sau victimizări, autenticitatea în construcţie*.

Plus că spre dezamăgirea mea am fost informată că vom avea trei săptămâni de pauză. Era inconsistent! Cu trei zile în urmă îmi spusese să creştem ritmul şi intensitatea şi de-o dată are probleme şi pleacă. Vrând-nevrând a trebuit să-i accept scuzele şi pauza.

Am scris mai multe poveşti. În una îmi exagerasem intenţionat trăirile şi dorinţele anormale. Am râs copios în timp ce o scriam. Dar m-am şi gândit că dacă i-o citesc persoanei de la terapie, atunci voi afla un crâmpei al psihologiei mele de profunzime.

Pe 16 octombrie am iar terapie.

Citesc satira mea. Evident că în română. Mă surprinde cât de repede fac trecerea din engleză în română. Mă poticnesc arareori.

Kindergarten in my Twenties – Sunt de grădiniţă la douăzeci de ani.

Se pare că sufletul meu a decis să se ţină de o taină antică. Am aproape treizeci de ani. Parcă secvenţele îmi defilează atât de repede într-un proces pasager ce are loc într-un continuu temporal încremenit. Viaţa se întâmplă, evenimentele au loc, lumea se schimbă, în fiecare zi învăţ ceva nou, dar frumoşii mei demoni interiori nu se maturizează. Presupun că a-ţi lipsi orice frică de a îmbătrâni nu face decât să-ţi ţină la căldurică teroarea îmbătrânirii ce este închisă şi ascunsă de puterea infantilismului. Trebuie să fiţi informaţi că taina mea nu are nimic de-a face cu spectrul religios general acceptat. Este golită de orice conţinut secular sau pios şi doar foloseşte structura ritualică pentru a-mi eterniza tinereţea. Experimentez o ceremonie perpetuă care glorifică şi

cultivă specificitatea copilărească. Voi schiţa un panegiric al graţioaselor mele comportamente.

Toată lumea ştie că prima grijă în educarea copiilor este susţinerea igienei. Am crescut într-o familie complicată. Mama mea, o neuroloagă cu fobie de microbi, avea o frică permanentă de a nu rămâne fără provizii şi strângea tot felul de nimicuri meschine. În consecinţă copilăria mea a fost plină de soluţii antiseptice şi grămezi ordonate de obiecte. Tatăl meu, un pediatru care se ducea la vânătoare în timpul liber susţinea construcţia sistemului meu imunitar adecvat. Spre groaza mamei mele el nu s-a spălat pe mâini înainte de a-mi introduce un deget în gură. Se spune că venise direct de la vânătoare. Eu nu îmi amintesc această păţanie, însă ea este aproape o legendă ce încă mai este relatată câteodată de membrii familiei mele. Bunicii mei au avut diverse origini. O avocată obsedată de aparenţele impecabile, o profesoară de sport şi lucru manual, un locotenent în rezervă ce lucra ca administratorul unei fabrici şi un contabil care a murit când eu aveam trei ani. Toţi aceştia au contribuit la puritatea mea. Din aceste influenţe pestriţe s-a ivit un om nou.

Îmi amintesc cum vexam pe toată lumea prin refuzul meu de a face caca atunci când mi se spunea. Analele creşterii mele, au fost meticulos înregistrate în mai multe caiete. Expun cum la un moment dat se credea că sufăr de o formă severă de constipaţie. Însă verdictul medicilor a demonstrat contrariul. Deşi am fost educată să folosesc oliţa cum se cuvine, din când în când recompensam absenţa îngrijitorilor mei prin mânjirea pereţilor cu ale mele fecale.

Poate că faptul de a face caca la oliţă până la 22 de ani m-a limitat la o fază anală târzie. Sunt cam în dezacord cu aceasta. Nu sunt foarte încăpăţânată, nu practic sexul anal şi nu am mâncat niciodată producţiile maţelor mele. Astăzi vasul meu de toaletă este lipsit de murdărie, la fel cum este şi apartamentul meu. Ca un tribut mărinimos şi cordial către îngrijitorii mei, mă duc la toaletă dimineaţa,

după ce mi-am mâncat micul dejun. Este de o importanţă sacră să expulzez conţinutul colonului meu în timp ce beau cafea cu lapte, fumez o ţigară şi citesc ştirile. Câteodată faptul de a mă uşura poate aduce la suprafaţă impulsuri creative. O dată eram convinsă că a începe o afacere cu hârtie igienică personalizată e cea mai bună idee posibilă vreodată. Cine n-ar fi încântat să-şi şteargă posteriorul cu o declaraţie dezgustătoare sau cu faţa unui personaj pe care îl detestă?

Din nefericire, altcineva a făcut acest lucru înaintea mea. Deja există o companie înfloritoare care produce mai multe tipuri de hârtie igienică printată şi personalizată. Şi eu nu îmi doresc să fiu un emul. Pe deasupra nu este să moral să încurajezi o slăbiciune umană precum este pulsiunea de a umple cu ocări ceea ce nu îţi place.

Sunt conştientă că nu este deloc elegant şi cum se cuvine să foloseşti imprecaţiile. Poate că fix de aceea o fac, ca să fac în ciudă pretenţioasei conduite adulte. Este o nepoliteţe asumată ce mă face să râd în gura mare, în special atunci când subiectul discuţiei are legătură cu excrementele. Materii fecale, excremente, deşeuri corporale, dejecţii, scârnă, produse ale excreţiei, balegă, caca, găinaţ, căcăreze, meconiu, melenă şi aşa mai departe. Iată câteva cuvinte care-mi sunt dragi şi din când în când îmi populează cuvântările.

Nu îmi place să folosesc cuvinte vulgare precum c***t. Numai cei sărmani cu duhul recurg la uzul unor cuvinte de tipul c***t. Am învăţat acest lucru în copilărie. După ce am trecut printr-o fază de folosire masive a expresiilor obscene, am dezvoltat o abordare elocventă a înjurăturilor. Este totalmente de plebeu să înjuri, însă din când în când predicile mele sunt contaminate. Oricum, doar cei care îmi sunt apropiaţi, familia şi prietenii, au şansa să mă audă vorbind într-o manieră scatologică.

Când mă simt deranjată de diverse instanţe ale autorităţii scap de stres prin a le mânji cu vorbe murdare. De exemplu, iarna trecută tot oraşul era împânzit cu panouri publicitare ce o arătau pe Lana del Rey purtând

diverse pulovere din angora. Erau peste tot, pe clădiri, la metrou, în mall-uri, în parcuri, la colţurile de stradă şi pe autobuze. Părea a fi ca şi cum întreaga populaţie era obligată să achiziţioneze măcar un item de îmbrăcăminte pufos şi păros. Eu sunt relativ alergică la lâna de angora, îmi intră în nas şi mă mănâncă. Aveam o zi proastă, eram în întârziere datorită traficului aglomerat. Când am văzut reclama pentru a şaptea oară la un semafor pur şi simplu am explodat. I-am spus amicului meu că Lana şi puloverul ei merită să fie împroşcate cu tot conţinutul unei cisterne folosite în golirea toaletelor ecologice. Adică o vidanjă plină cu rahat. Această replică impură, o glumă eliberatoare, mi-a cauzat un râz zgomotos şi sănătos, fapt ce mi-a adus o atitudine mai relaxată. Amicul mi-a tot citat expresia pe toată perioada sezonului rece.

Am o problemă cu autoritatea şi manifestările ei. Religia, opiul maselor este un sistem destul de restrictiv. Nu cred într-un Dumnezeu anume, dar am observat că mă cuprinde o stare de pace şi de claritate a minţii atunci când mă aflu singură într-o biserică. Chiar dacă respect acest aspect paliativ al bisericii, din când în când spiritul meu ghiduş ia în deşert numele lui Dumnezeu. Este foarte amuzant pentru mine şi câţiva dintre prietenii mei să ne imaginăm că Sfânta Maică a Domnului are diaree după ce a petrecut cu Sfântul Duh, că Iisus Hristos este constipat după ce a ţinut o dietă exclusivă doar cu peşte şi pâine, sau că Dumnezeu însuşi a mâncat prea multă fasole cu cârnaţi şi trage vânturi din plin. Presupun că o grămadă de oameni ar găsi aceste lucruri ca fiind cumplite sau cel puţin absurde, probabil ceva de genul ridiculizării lui Moş Crăciun.

Totuşi niciunul dintre scenariile mele neruşinate nu poate egala teribila reverie pe care a avut-o Gustav Jung (faimosul psihanalist) în copilărie. În memoriile sale el pomeneşte cum la vârsta de doisprezece ani, după o mare luptă cu el însuşi, s-a lăsat să finalizeze un gând diavolesc. În faţa ochilor minţii lui se înălţa o frumoasă catedrală. Deasupra ei era cerul albastru. Dumnezeu şedea pe un

tron de aur. Deasupra lumii şi de dedesubtul tronului un excrement uriaş cade peste noul, coloratul şi radiosul acoperiş al catedralei. Îl zdrobeşte şi apoi dărâmă pereţii bisericii.

Câteodată îmi place să vorbesc despre rezultatele defecării mele, să descriu satisfacţia sau truda de care am avut parte în timpul acestui proces fiziologic. Răspândesc cu obrăznicie informaţii despre textură şi formă. Scala Bristol de apreciere a scaunului este un instrument medical ce clasifică fecalele umane în şapte categorii: tipul 1 – mici bulgări separaţi şi tari, ca nucile (greu de scos afară); tipul 2 – formă de cârnat, dar cu protuberanţe, umflături; tipul 3 – ca un cârnat, dar având crăpături pe suprafaţă; tipul 4 – ca un cârnat sau un şarpe, neted şi catifelat; tipul 5 - bule moi cu formă precisă (uşor de scos afară); tipul 6 – bucăţi pufoase cu marginile zdrenţuite, un scaun moale; tipul 7 – apos, fără bucăţi solide, în întregime lichid. Presupun că încerc să aduc în prim plan satisfacţia mea antediluviană descinsă din recompensarea umplerii oliţei cu caca. Din fericire la vârsta de zece ani am scăpat de prostul obicei de a-mi inspecta conţinutul solid al oliţei cu un obiect ascuţit. Nu a mai prezentat interes pentru mine odată ce am aflata despre clasificarea scaunelor din unul dintre îndreptarele medicale ale părinţilor mei.

Delicata modelare a dejecţiilor corpului uman nu se reduce doar la excremente. Există şi urină, mucus nazal, flegmă, ceară de urechi, şi haine murdare. Nu am fost tipul de copil care face în pat. Vezica mea a fost conformată conduitei civilizate în timp ce învăţam să merg. Să faci pipi oriunde în afara pantalonilor sau patului este un act care aduce împlinire. Ador să fac pipi în zonele unde este permis să fac asta, cum ar fi veceul, duşul, marea, pădurea sau tufişurile. Câteodată plăcerea micţiunii mele este crescută de ciudăţenia vreunei soluţii improvizate menite să rezolve o nevoie stringentă. Să dai apa afară din tine lângă roata maşinii oprită în pantă este un deliciu. Aproape că am intrat în extaz când am făcut un pipilică într-o catacombă dintr-un sit turistic. Poate s-ar crede că

acesta este un comportament sexual matur, o perversiune. Nu. Eu îmi reprezint această activitate ca gest poznaş.

De câteva ori mi-am imaginat că sunt un copil adult: să fiu hrănită şi să port scutece. Când am citit că această practică face parte din sfera BDSM, atunci elanul către dânsa mi-a dispărut cu totul. Pentru numele lui Dumnezeu, nu sunt un pervers sadea! Sunt un măscărici inofensiv care zeflemiseşte cu blândeţe tabuul poluării simbolice. Poate de aceea mă şi amuză poveştile despre adulţii care suferă de diverse tipuri de incontinenţă.

Secreţiile nasului meu au o importanţă sacră pentru mine. Arareori le suflu într-un şerveţel. Este aproape un sacrilegiu să iroseşti activitatea relaxantă de a scoate uscatele secreţii una câte una. Mai ales printr-o manieră brutală, precum suflarea lor energică. Desigur că atunci când am guturai sunt forţată să iau cu asalt batista. Cert este că îmi place să vânez mucusul din cavităţile mele nazale şi să îl expun pe lenjerie, în spatele tăbliei patului sau pe sub masă. Desigur că din când în când procedurile mele de igienizare distrug toate aceste colecţii. Trebuie făcut loc pentru nou veniţi. De asemenea, lipicioasa producţie este transformată în mici forme rotunde ce sunt catapultate către diferite ţinte, precum coşul de gunoi sau pisica mea. Sau pur şi simplu către nicăieri. Această activitate de a freca mucusul între degete este relaxantă prin ea însăşi. Deşi unii oameni de ştiinţă afirmă că mucofagia întăreşte sistemul imunitar, nu mă încântă să mănânc rezultatele scobitului în nas. Obţin suficientă satisfacţie din expunerea lor unei unei anumite audienţe sau din etalarea formelor pe care le ia mucusul meu sau din compararea acestor forme cu cele ale mucusului extras de prietenii mei. Vă rog să nu mă înţelegeţi greşit, nu îmi introduc degetele în nasurile lor, ei fac asta singuri.

Scuipatul este un obicei urât. Copilul este învăţat că a evacua în forţă din gură saliva sau alte substanţe este dezgustător, lipsit de respect, obraznic şi nepoliticos. În Evul Mediu scuipatul era parte integrată a vieţii cotidiene şi în India încă se obişnuieşte ca mamele să scuipe fin pe

copii lor pentru a-i proteja de deochi. Societatea occidentală civilizată interzice cu emfază orice scuipat din motive de sănătate. Entuziasmul meu în a scuipa este imens, dar bine ascuns de ochii plini de spaimă ai adulţilor. Folosită pentru a insulta, a aduce noroc sau pur şi simplu pentru eliberare, expulzarea mea cu salivă este dozată în conformitate cu nivelul de acceptanţă pe care îl găsesc în jurul meu.

Cerumenul, galbena substanţă cerată care se găseşte în urechi, este o altă sursă de plăcere pentru mine. E o bucurie să o scot cu degetul sau cu un beţigaş pentru urechi şi să o miros. Mă bucur că nu fac parte din cele două procente ale populaţiei care au un tip uscat de cerumen. Această ceară uscată indică că aceste persoane nu posedă compusul chimic ce serveşte drept hrană pentru bacteriile de la subraţ. Aceste creaturi microscopice sunt responsabile pentru transpiraţia mirositoare. Prin urmare, aş fi fost de asemenea privată de a-mi mirosi hainele murdare. Obiceiul meu de-a mirosi este ceva bine întreţinut, se aplică doar în cazul îmbrăcămintei mele şi puţini oameni ştiu despre el.

Dar destul cu preocupările igienice. A doua grijă în creşterea unui copil este socializarea micii persoane întru deprinderile educate şi morale. Am înţeles rapid cum funcţionează lumea, şi cu mare profunzime. Singurul lucru deranjant atât pentru mine, cât şi pentru ceilalţi, era că nu prea eram de acord cu toate prescripţiile cultivate în jurul meu. Adulţii îmi spuneau să urmăresc normalitatea, să fiu un copil bun, să mă supun, să fac asta şi ailaltă. Ce păcat că uneori adulţii făceau fix opusul propriilor lor reguli. Nu erau consistenţi cu ceea ce spuneau. Sau, şi mai rău, regulile prin însăşi natura lor erau ineficiente. Cumva am internalizat un comportament idealizat şi un cod moral, ce m-au pricopsit cu obiceiul de a percepe lumea prin nişte lentile perfecţioniste. Oamenii sunt imperfecţi de la natură – acesta este un fapt deja ştiut. Chiar şi aşa nu sunt de acord cu transcendentaliştii. Aceşti sărmani idealişti credeau că societatea şi instituţiile sale, în special religia

organizată şi partidele politice, au corupt esenţialmente puritatea individului. Nu există asemenea lucru, puritate individuală. Ci doar conţinuturi ambivalente, ambigue şi încâlcite. E haos. Pentru a face faţă sistemului găunos din jurul meu mi-am dezvoltat propriile metode şi performanţe.

Una din primele abilităţi, pe care le-am dezvoltat simultan cu dobândirea vorbirii, a fost să spun „nu”. Orice lucru sau cerinţă era întâmpinat cu negare. Lucrurile nu trebuie să fie luate de bune. Ai nevoie de explicaţii pentru a acţiona. Chiar şi atunci când sunt de fapt acord cu ceva, îmi place să resping doar de dragul zăpăcelii şi ofensei. Mă distrează harababura şi consider că oamenii îşi arată adevărata natură atunci când sunt puşi în faţa unor condiţii extreme. Desigur că sunt mereu deschisă în a-mi schimba punctul de vedere la 180 de grade. Aceasta se întâmplă când îmi sunt prezentate argumente şi am posibilitatea de a negocia. De asemenea, mă opresc din a confuza şi zăpăci atunci când cealaltă persoană ajunge la extenuare sau la capătul răbdării. Fie sunt convinsă de validitatea punctului de vedere a cuiva, fie pur şi simplu sunt de acord în cea mai inocentă manieră cu chestiunea, după ce am constatat ciuda şi disperarea cuiva. Pentru a ilustra acest fapt voi prezenta două cazuri epocale din adâncurile memoriei mele.

Într-o vară, la vârsta de trei ani, eram la mare cu întreaga mea familie, un grup aiurit. Cineva a avut ideea să-mi furnizeze o cutie de Tic-Tac. Eram la cină şi eu am refuzat să mănânc pe temeiul că mai întâi trebuie ca unul dintre ei să se ducă la hotel şi să-mi aducă cutia cu bomboane. Au fost de-a dreptul indignaţi iar eu am persistat doar pentru mi-au spus nu fără a-mi da vreo altă explicaţie. Mâncarea a sosit iar eu am refuzat să iau vreo înghiţitură până nu îmi voi vedea cutia cu bomboane. Am fost ameninţată cu bătaia, cu toate că nu făceam decât să insist. În cele din urmă am primit o palmă şi nu am mai avut o altă alternativă decât aceea de a mă hrăni. După ce toată lumea a terminat de mâncat am revenit cu solicitarea

mea. Se poate spune că acest demers al meu se circumscrie mecanismului de a spune nu. Strategia lui „nu” include proceduri ajutătoare ale relei voinţe: iritare, instigare, ofensare. Trec peste particularizarea lor în acest moment deoarece trebuie să-mi prezint cel de-al doilea caz.

Acum doi ani îmi renovam apartamentul. Familia, prietenii şi muncitorii erau împotriva deciziei mele de a achiziţiona mobilă de culoare maro-închis pentru sufragerie. Fiecare avea motivul său neînsemnat şi subiectiv, şi nu era în stare să-mi asigure o justificare adecvată. Imediat după ce mobila a fost montată am realizat că am luat o decizie proastă. Aşadar, spre agonia muncitorilor, am hotărât să demontez monştrii întunecaţi din sufrageria mea şi să-i duc înapoi la magazin. I-am schimbat cu aceleaşi modele însă de culoare albă. Stupefacţia vânzătorului a fost nepreţuită.

Şi acum să mă întorc la ceea ce am lăsat neterminat, reaua mea voinţă. Presupun că ar fi cumva impropriu să denumesc deformările pe care le aduc situaţiilor drept maliţiozitate. Bunica mea avea obiceiul greşit de a mă prezenta ca pe un copil neastâmpărat. Voiam să-i arăt că nu sunt un diavol, aşa că îi jucam şi mai multe farse. Era dezgustată, însă trebuia să înţeleagă cum este un demon adevărat. Din moment ce bunica mea mă numea drept bestie pentru orice fleac pe care îl făceam, eram forţată să îi arăt cum este un drac adevărat. Aşa că făceam şi mai multe trăsnăi.

Cream lucruri frumoase din deşeuri. Jucăriile obişnuite nu prezentau mare interes pentru mine, în afară de a le descompune pentru a vedea ce este înăuntru. Preferam să-mi produc propriile obiecte de joacă din deşeuri. Să scotocesc prin gunoi era o activitate plăcută ce-mi oferea o grămadă de comori. Mi se făcea observaţie şi eram aspru dojenită. Buzunarele îmi erau golite cu forţa de toate nimicurile pe care le adunam, însă a găsi comori în lucrurile pe care alţii nu le doresc e un obicei ce a continuat cu subtilitate până în ziua de azi.

Providenţial, societatea zilei de azi are o febră ecologică. Prin urmare, gunoiul a devenit o preţuită materie primă. Trendul vintage îmi permite să adun bogăţie din gunoi într-un mod acceptabil.

Anul trecut am aflat de garbologie, studiul deşeurilor şi gunoaielor moderne, o disciplină academică. Cum îi povesteam eu unui prieten despre această garbologie, am simţit o dorinţă nestăpânită de a scoate la lumină pasiunea copilăriei mele. I-am descris în amănunt timpuriile mele căutări de valori în gunoi. Am reuşit să-l implic pe dată pe amic într-o investigare a gunoiului. Eram în parc şi era seară. Am inspectat majoritatea tomberoanelor stradale cu ajutorul lanternei de la telefonul mobil şi al unui băţ. Cetăţenii şi vagabonzii erau în egală măsură uluiţi. A fost remarcabil. Am filmat parte din tărăşenie, două videouri au imortalizat secvenţe ale momentului pentru posteritate. Poate că nepoţii mei se vor amuza dacă le-ar privi. Eu şi amicul am râs câteva săptămâni bune reexaminând videourile.

Dintotdeauna mi-a plăcut să râd. Problema era, şi încă este, cu ciudatul simţ al umorului pe care îl am. Metodologia mea de a mă distra nu se rezumă doar la spectrul scatologic sau la pângărirea autorităţii, aşa cum am menţionat mai înainte. Umorul negru este singurul tip de umor matur pe care îl experimentez. Comediile şi calambururile le înţeleg, însă nu empatizez cu ele. Mă amuză la culme dezordinea, perturbările şi anomaliile apărute pe nepusă masă. Un copil râde atunci când îşi scapă pâinea cu unt pe jos şi cade pe podea fix cu partea unsă. Umorul este o strategie de coping pozitivă pentru condiţii nefavorabile. Râd ţinându-mă cu mâinile de burtă atunci când obiectele se prăvălesc în dezordine şi atunci când cineva se împiedică şi cade sau este dintr-odată împroşcat cu ceva. Chicotesc atunci când vărs ceva pe mine. Mă hlizesc atunci când sunt stresată.

Dar dezordinea şi debandada pot fi de asemenea create, nu trebuie doar să apară fără de control. Mă distrează să: arunc obiecte fără ţintă, produc zgomot,

construiesc instrumente de percuţie, folosesc cuvinte incomprehensibile, desenez creaturi bizare, batjocoresc, maimuţăresc, ridiculizez, creez tărăboi, gălăgie, zarvă şi tapaj.

Să ţip, să urlu şi să scâncesc pe diverse tonuri şi în diverse voci era o activitate ce mă ademenea teribil în copilărie. Mă exprimam în acest fel în cele mai nepotrivite circumstanţe, astfel încât să tulbur, să zăpăcesc şi să-mi consternez audienţa. După o vreme audienţa mea rămânea chiar fără cuvinte în a descrie abominabila monstruozitate auditivă la care erau supusă. Iar eu râdeam cu atâta poftă că aproape mă tăvăleam pe podea. Astăzi rar mai folosesc această tehnică. Câteodată îmi mai complimentez prietenii apropiaţi şi familia cu un spectacol al sunetelor stridente. Spectacolul acesta este menit să le izgonească terorile, fricile, anxietatea şi stresul. Teatrul şi drama pricinuiesc catharsisul, care purifică audienţa. Şarada şi parodia fac acelaşi lucru. Îmi plăcea la nebunie să imit comportamentele adulte într-o manieră ridicolă, se ascund lucrurile adulţilor şi să le fac farse. Mai târziu am realizat că aceste fapte sunt faptele unui trickster (păcălici). Tricksterul este o figură mitologică, care joacă farse, nu se supune comportamentului convenţional şi încalcă regulile zeilor şi ale naturii. Câteodată acţiunile lui sunt maliţioase, chiar dacă în cele din urmă au efecte pozitive (cu toate că intenţiile iniţiale ale tricksterului puteau fi ori pozitive ori negative). La fel şi în cazul măscărelii, parodierii şi ridiculizării mele.

Vădit că a măscări, a parodia, a ridiculiza şi satiriza sunt acţiuni de o importanţă evidentă pentru mine. Cu toate acestea ele nu se compară în termeni de satisfacţie cu o rafală zgomotoasă generalizată. Să-mi petrec timpul cu ţâncii de grădiniţă este încă o mare încântare pentru mine. Mă simt ca şi cum aş fi unul dintre ei. Flecăresc, ţip, fug, mă mişc neîncetat şi produc larmă, zarvă şi zgomot. Să bat darabana pe suprafeţe răsunătoare rămâne una din plăcerile mele mari. Majoritatea ţâncilor pare că gândesc la fel. Odată, într-un parc izbeam o sticlă goală de plastic,

în ideea de a-l enerva pe un amic. Cu mare delicateţe el mi-a atras atenţia către copii care începuseră să facă acelaşi lucru. Erau emulii mei infantili. Pentru acest motiv m-am dus să mă joc cu ei. Am improvizat chiar şi un joc – împăratul care poartă o coroană de nătâng.

A venit vremea să-mi închei destăinuirea. Ca o concluzie, trebuie să mărturisesc că intenţia mea a fost să încarc peste măsură mintea cititorului, cu un conţinut zăpăcitor, ce lasă omul perplex. De asemenea am obţinut şi un extra beneficiu, m-am eliberat de feluritele-mi disfuncţii într-o manieră prolixă.

11.10.2013

Citind rândurile de mai sus în faţa entităţii terapeutice mi-am dat seama de ceva. Mă simţeam tare bine să îmi aud propria poveste. Îmi plăcea, era satisfăcător. Agentul terapeutic nu era de aceiaşi părere. Oftase, plescăise, îşi dăduse ochii peste cap, îi făcuse mari-mari de mai multe ori în timpul audierii ei.

Totuşi eu speram la un verdict optimist. Dacă nu-mi dădea ceva din psihologia de profunzime măcar să îmi fi spus că făurisem pilda bufonului căruia îi lipsea o doagă.

Măscăreală, *regresie*, *neasumare* – asta mi-a zis agentul că prezenta scrierea mea.

Dar cum neasumare? Nu am pus eu acolo negru pe alb metehnele mele? Într-un mod exagerat chiar.

Funcţionarea în extremă nu-mi aduce satisfacţia naturală conştientă. E necesar să văd mecanismele şi procesualitatea lor. Dar nu suficient. Trebuia să fac alegerea conştientă, ce îmi este mie necesar.

Era cam fără de sens ce spunea. Pesemne îi fusese copleşită pioşenia de satirizarea celor sfinte prezentă în povestea mea. Pe de-o parte jubilam.

Dar îmi era şi frică ca nu care cumva să fiu de-a binelea bolnavă.

Bun deci povestea e o regresie. Ce ar fi de făcut?

Speram la ceva mintos dar am obţinut nişte parascovenii pline de judecăţi de valoare.

Asumarea maturităţii, cum mă definesc, care sunt activităţile care îmi aduc satisfacţie? Cui îi sunt utilă? Mie şi celorlalţi?

— Să scriu, să îmi prezint patologia, să mă eliberez de ea. Parcă nici nu aude ce spun.

E păcat de resursele pe care le las să se manifeste inadecvat, prelungesc nişte comportamente care nici pentru un copil nu sunt adaptabile.

Aha.

Vio! Ieşire din conflict!

— Cum?

— Soluţia ar fi investirea resurselor în adevărata construcţie.

Adică să mă fac normală, ca ceilalţi?

Responsabilitatea este în primul rând faţă de propria persoană. A-mi rezolva conflictele interioare, aşa sunt adecvată şi adaptată. În felul acesta îmi devin utilă mie şi celorlalţi.

Păi şi aşa nu sunt? Am râs când am scris-o.

— Dorinţa de glumă e altceva. Starea de copil autentică şi nu exagerări ca râgâit, băşit, ţipăt.

O luase razna, nu scrisesem nimic despre râgâit. Poate ar fi trebuit să o fac. Era cam dus agentul dar mie îmi încolţise în minte ideea că am conflict.

Mă păcăleam. Suferinţa mea ce mare că nu avusesem voie să mă joc cu copii atunci când eram mică, fusese curmată. Nu eram un bun animal social doar cu cei de vârsta mea. Ajunsesem să mă înţeleg de minune cu ţâncii. Mă dusesem dincolo de ce nu avusesem voie în copilărie.

Dar premisa că aveam conflict m-a răscolit. În ziua următoare l-am pus în scris. În română şi în versuri. Intrasem într-o uşoară manie de ciudă că nu avusesem parte de ceea ce speram, o psihologie de profunzime. Ba mai rău, fusesem aspru judecată.

Epopeea unirii contrariilor Actul I – Lupta Uriaşilor

Vai şi-amar de capul meu, o luptă mare mă dă gata.

În interiorul meu au prins a se sfădi doi uriaşi,
Unul îmi zice că tre’ să fac armata.
Mai-mai că nu vreau, mai bine fac urmaşi.
Dar dacă ies ca mine?
şi te fac să-ţi sară nervii de pe tine.
Cumva ţin cu uriaşul plin de jocuri caraghioase.

Cred că-l ştiu de când în burtă la mama trăgeam la aghioase, E nediferenţiatul spirit ludic uneori mai face şi în ciudă, Uriaşului cu armata, spiritului matur, tare îi mai dă de trudă. De cum a încercat să-şi facă intrarea, acum mulţi ani, Maturul a fost întâmpinat cu ocări şi mâncare pe bani.

Rezilient şi-a îndurat traiul mizer. De ceva vreme îşi cere drepturile, i-au ajuns trăsnăile, ifosele, vaietele şi pretenţiile de Kaiser, emise de uriaşul bătrân şi tembel, ce râde de toate făpturile. Aşa că a pus piciorul în prag, infantilul senil a făcut arţag.

Ţipă, urlă, se rostogoleşte, debandada o sporeşte.

Dar teritoriul îi este delimitat, nu prea mai sare peste prag. Uite că acum câteva zile, uriaşul nărod o farsă clocește.

Îi scrie rezilientului un mare panegiric.

Înţesat cu vorbe elogioase precum acidul sulfuric.

I-a făcut de trei parale disciplina, atenţia şi rostul potrivit,

Responsabilitatea, truda, silinţa şi buna-măsură le-a strivit,

Cu un tăvălug al justificărilor plângăcioase.

Chemat să dea explicaţii, a trecut la fapte pişăcioase,

L-a împroşcat pe disciplinat cu un jet de urină,

Haina i-a mânjit-o cu rahat făcând o faţă senină.

Şi aşa de încheiere, scoate un râgâit şi o băşină.

De când e la mine în suflet, uriaşul cu rost nu s-a purtat ca un prost.

A înghiţit cu înţelegere faptele celuilalt, chiar dacă îl cam scoteau din avanpost. Însă după acest elogiu adus copilului dezaxat.

Mai-mai că buna purtare şi-a încălcat.

Îl ia pe infantil de guler şi îl scutură bine, Uite aşa vin somatizările peste mine.

Dau din colţ în colţ, doar doar să scap de angoasă, Lupta lor devine şi mai crasă.

Vreau să îl educ pe uriaşul care s-a născut odată cu mine, Neruşinat el mă mă îmbie cu fel şi fel de măscări ce mă amuză, Vorbele lui de duh pompoase de amalgam sunt pline, Scârnăvia scârbavnică îi e mereu pe buză.

Şiret şi obraznic mă vrea de partea lui. Dar iaca că m-am săturat şi eu.

Am decis să iau partea omului.

Să încetez să arunc darurile frumoase la veceu.

Fac un pact cu uriaşul matur şi îl chemăm pe uriaşul infantil la negocieri, Aici are loc o luptă de muieri şi jderi.

Se scuipă, se păruiesc, aruncă cu muci, Sfârşesc prin a mă ameninţa că se fac eunuci. Pentru moment i-am unit.

Disciplinatul mă veghează să îmi dau silinţa în lucrurile potrivite, Infantilul îmi dă bucurie să fac ce mi-e menit.

Împreună se cresc şi mă cresc.

Din când în când mai tre’ să îi strunesc. Aştept cu teamă şi exaltare un episod viitor.

Actul II Farafastâcul duhorii

Nicio zi nu a trecut că un pocinog au şi făcut, în duhori şi miresme s-au bătut.

Citeşte ţâncul pe Baudelaire.

Ce altceva, decât „Un hoit”, putea să folosească în a-l face pe uriaşul mare stingher? Nu se rezumă la citit, putorile le ia la mirosit.

Adulmecă murdării şi stricăciuni neobosit Pe matur l-a înnebunit.

Colac peste pupăză, fetiditatea şi mirosurile grele în cuvinte mari le descrie, Literar şi elocvent bagă nările în sicrie.

O balegă, o pisică moartă, o oală veche cu sarmale

sunt doar frumuseţi respingătoare, Drept urmare le asezonează cu muşte verzi, carne putrezită şi vomă trezită

Mai adaugă grăsime râncezită şi brânză mirositoare.

Un pic de Roquefort, câteva ouă clocite şi oroarea e gata pregătită. Mental şi senzorial, căci concret nu poate.

Are nevoie de acţiunea mea, altminteri miasma din vers nu o scoate, Rămâne pildă pentru estetica urâtului şi atât.

Ce nu te întreabă cum şi cât, Tolerezi scârna la nivel metaforic.

Pe uriaşul matur îl apucă gărgăunii, pe mine un avânt euforic. Aproape că vreau să amuşin maglavaisul mirositor propus de infans. Când dau să mă apuc să aduc ingredientele necesare.

Vine uriaşul apolinic cu un avans.

Vorbeşte despre încântarea simţurilor, frumuseţea mirosurilor, De la cele florale până la cele animale.

Patchouli, roze, liliac, lăcrămioare, parfumul zorilor, Ploaie, iarbă cosită, cozonac şi o clocotită oală cu sarmale, Îl înfurie pe uriaşul dionisiac, care porneşte un nou atac.

Ceară de urechi, frecăţei dintre degetele de la picioare, mizerie din buric, Mirodeniile mai că le bagă în dric.

Celălalt nu se lasă mai prejos şi purifică asediul jegos.

Smirnă, ambră şi tămâie, ulei de lămâie, un muşchi de vită gros, Proaspăt fript şi asezonat cu unt.

Iar eu mă încrunt.

Mă ia o colică biliară de la lupta lor plină de gargară. Mi-a plăcut să miros din cele mai vechi timpuri.

Ba chiar m-am pricopsit cu numeroase ticuri. Ataşamentul primar se creează prin simţul olfactiv, Iar eu l-am aşezat pe un stativ.

Mirosul este pentru mine o satisfacţie primară şi primordială, Dintre o mângâiere şi a-mi mirosi mâna, o aleg pe cea din urmă, Din copilărie m-am căpătuit cu

această aiureală.

Ce nici măcar acum nu se mai curmă.

Febril miros mânuţa, chiar de trebuie să-mi suflec mânecuţa

Părinţi şi îngrijitori deopotrivă au încercat să-mi înlăture hachiţa, amenințând cu bătăiţa. Eforturile lor au fost în van, mirositul încă îmi stă pe divan.

Dar lupta prezentă cu putori şi arome mă plesneşte ca un bolovan, Gata cu mâna compulsiv dusă la gură.

Deja sunt plină de ură.

Faţă de mine, că nu mă pot controla.

Ticurile încep a mi le etala

Lupta celor doi e încă în toi, ciripesc ca nişte piţigoi.

Excremente, unguente, parfumuri franţuzeşti, cartofi copţi, chiar şi miros de strigoi, Zboară prin eter şi-mi biciuiesc urechile.

Acum infantilul mă invită să adulmec scârna rămasă după ce sunt tăiate unghiile Maturul îi dă cu clătite în unt şi iasomie

Eu mă revolt pe amândoi cu lăcomie.

Mă dau cu parfum, duelul aromelor îl fac scrum. 17.10.2013

La câteva zile după ce am scris mini-epopeea m-a luat angoasa iar. Mă bântuia că am conflict, inadecvare şi suferinţă. Am scris o poveste în care încercam să-mi prezint jalea pricinuită de agent. Avusesem percepţia că îmi tot înăbuşise zvâcurile creative. Era sinistru.

Am zis să scot povara din mine prin scris. A ieşit asta:

I’m not good enough. Nu sunt suficient de bună.

Faptul de a scrie „Kindergarten in my Twenties” m-a făcut să realizez şi mai mult cum mi-am irosit energia şi înţelepciunea pe fleacuri meschine. Cred că în jurul vârstei de optsprezece ani m-am gândit mai în detaliu la tendinţa mea către bagatele, meschinării şi nimicnicii. S-a întâmplat în timpul unei discuţii filosofice cu un amic. Am căzut de acord în privinţa irosirii darurilor mele. Am pecetluit

această concluzie cu o metaforă batjocoritoare menită a-mi scuza refuzul de a mă dedica studiului sârguincios. Nu mă puteam pune în acord într-o ţară a cizmelor. Consideram că majoritatea oamenilor din jurul meu sunt precum cizmele. Bruţi, tăioşi, bădărani, apatici, încăpăţânaţi, închişi şi limitativi, obsecvioşi (slugarnici), o cohortă de adjective ce nu putea merita altceva decât ciuda şi ridiculizarea. Ei meritau desconsiderarea şi persiflarea. Mi-am lăbărţat neuronii într-un sistem care mă face de ruşine în faţa celorlalţi într-o manieră trufaşă.

De curând am citit într-o revistă glossy despre educaţia adecvată ce ar trebui hărăzită copiilor supradotaţi. Mici litere în fonturi colorate subliniau nevoile speciale şi riscul social în cazul copiilor superdotaţi. În şcolile obişnuite aceşti copii se simt plictisiţi, marginalizaţi, insuficient stimulaţi, nu au cu cine să discute despre ideile lor, sunt dojeniţi pentru energia debordantă de care dau dovadă, mustraţi pentru curiozitatea lor fără margini, intră în conflict cu dascălii în baza dorinţei lor de a se manifesta liber, necenzurat, dincolo de convenţii. Datorită acestor metehne ale lor, copii supradotaţi întâmpină probleme în comunitatea şcolară, deranjează orele, devin factori de stres pentru profesorii şi colegii lor. Ajung să aibă o stare sufletească exasperantă pentru că se simt inadaptaţi şi inadecvaţi. Articolul citează un studiu. Rezultatele lui sunt cutremurătoare. Aproximativ 97% dintre aceşti „copii minune” nu reuşesc în viaţă şi la şcoală, devin nişte rataţi. Articolul mi-a frânt inima, aproape am plâns.

Majoritatea profesorilor mă considerau un copil inteligent. Din păcate ei preferau să-mi atragă atenţia că îmi lipsesc disciplina şi ambiţia, în loc să mă motiveze să ajung la rezultatele necesare. Unii dintre ei au ajuns la concluzia că sunt un diamant neşlefuit, imposibil de a fi gestionat. Eram tare încăpăţânată în a-mi apăra lipsa de atenţie şi cunoştinţele precare. Fie sfidam, fie eram absentă, cu mintea în altă parte. De fapt experimentam un vid permanent ce era răzgâiat de comportamente

păguboase (necorespunzătoare).

Când am decis să mă îndrept am întâmpinat diferite probleme. Lipsa gratificării pentru comportamentele mele timpurii îmi dă dureri de cap şi ruminaţii permanente. Validarea mea se înalţă din crearea de tărăboi, debandadă şi zăpăceală. Pot să anticipez că disciplina, tenacitatea, străduinţa, perseverenţa şi constanţa aduc rezultate bune în orice demers. Din nefericire încă nu ştiu cărei posibilităţi să le aloc.

Viaţa ne oferă tuturor posibilităţi infinite. Aceasta este mantra contemporaneităţii. Treaba e că izvorul nesecat de alternative trebuie folosit conform anumitor reguli. Totuşi încă nu s-au concretizat câteva prescripţii în a utiliza profitabil miriada de şanse. În primul rând situaţia globală a potenţialităţilor nesfârşite este un lucru nou. Nu a trecut suficient timp încât să fie dezvoltat un anumit cadru pentru utilizarea sa. În al doilea rând, însăşi natura posibilităţilor infinite este difuză. Aşadar faptul de a prescrie geneza posibilităţilor infinite este un paradox. Cum poţi recomanda infinitul? Conform principiului relativist „este ceea ce poate fi”. Oamenii tânjesc după adevăruri universale. În zilele noastre validitatea absolută este că „poate fi orice”. Cum să te descurci cu o asemenea incertitudine? Totuşi a ieşit la iveală o atitudine călăuzitoare. Aceasta susţine că ar fi indicat ca individul să-şi sincronizeze aptitudinile şi predispoziţiile pentru a atinge orice scop.

„Să-mi urmez vocea interioară”, aşa ar denumi perseverenţa un coach sau un terapeut contemporan. Inima mea este amară. Este fascinată de dezordine şi se simte vinovată. De asemenea, vrea să se preschimbe, să fie mai bună, să realizeze şi să facă lucruri măreţe, chestiuni confirmate social. Contradicţia dintre a mă revolta împotriva întregului sistem şi dorinţa de a fi o fiinţă umană de succes în sistemul existent îmi cauzează o nelinişte atroce. E un sentiment de ruşine care mă lasă confuză, pentru că nu ştiu care este chemarea mea interioară. Mă pierd în infinita mare a posibilităţilor. Pe de-o parte simt că

pot face orice, iar pe de altă parte simt că nu sunt suficient de bună la nimic. M-am aventurat în mai multe demersuri, sub umbrela de a le da o şansă.

La începutul fiecărei încercări mă entuziasmez. Visez cu ochii deschişi la reuşite fructuoase şi recompensarea succesului. Apoi mă sperii şi sunt anxioasă. Dacă nu sunt suficient de bună? Aştept rezultate imediate şi mă doboară chiar şi cel mai mic eşec. Înflăcărarea mea perfecţionistă mă face să fiu nerăbdătoare, lipsită de atenţie şi empatie. Îmi este atât de frică de eşec încât pentru a începe orice lucru e nevoie să mă păcălesc. Fac aceasta diminuând importanţa oricărui obiect, a oricărei munci, a oricărei ocupaţii sau treabă. Un lucru de o importanţă capitală îmi pietrifică întreaga fiinţă. A mă juca, a experimenta, a examina – sunt activităţi suportabile. Munca destoinică şi susţinută în a atinge un scop obiectiv mă intimidează până la stupoare. Nu contează dacă este scopul sau însăşi drumul, eu mă îngrozesc atunci când îmi reprezint oricare dintre încercările mele ca fiind importante. Devin instabilă, mă cuprind sfâşierea interioară şi teroarea, gândesc că sunt îngrozitoare doar pentru că simt că trebuie să dovedesc că sunt bună. În consecinţă mă împiedic de una singură să mă implic în strădanii afirmative. Astfel trăiesc cu o vină permanentă că nu sunt suficient de bună.

Vreau să fiu despovărată, să fiu vindecată de această durere şi greutate, să îmi găsesc pacea interioară şi să fiu utilă societăţii. Timpul şi spaţiul pot fi revitalizate dacă ai cel puţin imaginea a ceea ce îţi doreşti pe viitor. Cel mai drag înlocuitor pentru figura tatălui, Carl Gustav Jung a spus că dezordinea şi lipsa de sens sunt mama ordinii şi sensului.

[…]

Şi de aici am schimbat total sensul poveştii. Am început un basm despre Vurli, un drăcuşor (imp) din Alpi care trece prin diverse încercări în drumul maturizării sale. Mi-am dat seama că de fapt scriu despre mine. Îmi

doream să fac lucruri curajoase şi să cunosc majoritatea emoţiilor. Acest drăcuşor, Vurli, trăia într-o lume fantastică, complementară cu lumea noastră cea de toate zilele. Era o lume în care drăcuşorii (impii) sădeau şi recoltau emoţiile în oameni. Aceasta era îndeletnicirea lor de la începutul lumii, aşa luau naştere emoţiile, prin munca sârguincioasă a societăţii impilor. Lumea impilor avea cam aceleaşi principii cu lumea concretă a zilelor noastre. Ba chiar avea o legătură directă cu lumea oamenilor. Impii erau stăpânii emoţiilor.

Ceea ce mi-aş fi dorit şi de la mine.

Aşa înţelesesem eu prescripţiile agentului de a mă dezvolta emoţional.

Am dat copy paste la toate tipurile de emoţii de pe Wikipedia în ideea de a le asocia pe fiecare cu câte o formă geometrică colorată. De ce? Pentru că impii mei vedeau emoţiile în forme şi culori, doar aşa le-ar fi putut sădi şi culege. Intriga basmului meu era că Vurli învăţa să mai întâi să culeagă emoţiile, pentru ca mai apoi să înveţe să le şi sădească. Numai că Vurli s-a gândit să aleagă o cale nou apărută. Noile tehnologii (internet mobil, social media, smart-phone) au modulat noi tipuri de emoţii, nemaiîntâlnite până atunci. Guvernarea impească a alcătuit un departament ministerial menit să gestioneze noul flux emoţional. De cum a aflat despre acest departament Vurli a decis să-şi îndrepte drumul şi strădania către dânsul. De aici începeau aventurile sale, care mai de care mai neobişnuite şi mai pilduitoare.

Intenţia mea de a mă elibera prin scris de povara entităţii terapeutice se transformase. O pusesem pe goană de cum o descrisesem.

De cum pomenisem de Jung şuvoiul naraţiunii mele a curs către lumea impilor. Am decis că Povestea Impului Vur Îi merită extinsă la nivel de roman. Îmi explodau în minte tot soiul de situaţii şi aventuri cu acest drăcuşor aflat în drumul său către noul departament. Obosisem şi nu voiam să-mi pierd ideile. Am aşternut o întreagă

structură de capitole şi subcapitole, câteva menţiuni despre fiecare şi am încheiat.

Vine terapia. Citesc lupta unirii contrariilor şi descriu ce făcea Vurli. În sfârşit mi se recunoaşte meritul creativ. Apoi mi se dă în cap.

— *Vio şi asumarea identităţii potrivite e un act creativ. Crearea de sine presupune un comportament matur disciplină, asumare, responsabilitate, spontaneitate, flexibilitate*.

Descrieţi ce fac eu cu scrierile mele.

Te invit să reflectezi.

La ce?

Să fac alegerea potrivită dincolo de extremele pozitive sau negative, calea de mijloc aşezată şi responsabilizată.

Mă bezmeticea ca să-mi omoare focul viu din mine, să mă facă o conformistă anostă. Mi-a mai spus şi că „*dincolo de scârnă şi sublim e înlocuirea plăcerilor şi satisfacţiilor cu mulţumirea de sine*”.

Cică *se necesita să mă duc dincolo de copilul care caută aici şi acum, imediat, să consume*. Iar *mulţumirea de sine e apărută ca urmare a conectării valorilor interioare cu acţiunile cotidiene*.

Mă învăluia în tembelisme psihologice. Mă exaspera. Dar eu nu uitasem ce voisem să obţin cu ocazia trecerii la noua agendă. Şi anume independenţa de entitatea terapeutică. Şi nu oricum, ci cu sprijinul domniei sale. Şi cu înţelegerea sensului terapiei. Aveam nişte aşteptări nebune.

Îmi zic că nu mă înţelege, dar îi voi ajuta Luminăţia să se dumirească. Totodată mă voi lămuri cumva şi pe mine. Mă apuc să scriu o mare naraţiune ce voia să-mi prezinte şi să-mi ajusteze copilăria.

În câteva zile am scris Tabloul. Conţinea printre altele şi istoria vieţii mele, până la 8 ani. Capitolul următor îi este alocat tabloului.

Capitolul XV. Tabloul.

Iarbă verde, o mică parte dintr-un cer albastru, în dreapta un copac măreţ ce umbreşte un mic tufiş ce aduce cu profilul unei femei cu părul prins în coc. Copacul, a cărui coroană e în afara ramei, aproape că ascunde una dintre cele trei case cu acoperişuri roşii ce se pot vedea în fundal alături de câţiva copaci abia schiţaţi. Acesta sunt eu. Sunt un tablou şi atârn alături de multe alte tablouri pe peretele unei mici sufragerii.

M-am născut în 1980. Creatorul meu e un pictor bătrân. M-a adus la forma finală folosind coloraţii balansate de acuarelă timp de trei ore. Nu toate tablourile sunt conştiente.

Beneficiez de această trăsătură umană pentru că am fost din întâmplare făurit în maniera ce-i oferă o viaţă conştientă unui tablou. Omul care m-a pictat mi-a început creaţia punând un mic ovoid roşu cu a sa pensulă lunguiaţă. Orice pictură este investită cu un anumit fel de viaţă şi energie în funcţie de maniera în care a fost începută. Eu am conştiinţă şi sentimente datorită ovoidului roşu ce se asemăna cu un ovul care a fost presărat de pensula lunguiaţă ce se asemăna cu un spermatozoid. Roşul este culoarea sângelui şi a pasiunii, aşa că presupun că sunt un tablou destul de pătimaş.

Bătrânul a pus un mic oval purpuriu pe o bucată albă de hârtie. Apoi l-a accentuat cu câteva atingeri delicate ale pensulei. Atunci am devenit eu conştient de mine şi tot ceea ce mă înconjoară. Am putut observa cum pictorul a continuat procesul de a mă crea. A mai făcut două puncte roşii. Toate trei au devenit acoperişuri. După o rapidă haşurare a acoperişurilor el a trasat cu migală tonalităţile verzi ce mă acoperă în cea mai mare parte. Această culoare principală, verdele ce se schimbă de la tonuri închise la tonuri deschise, a dat iarba, coroanele copacilor şi tufişul. Jumătate din coroana cea mai mare din stânga mea se suprapune cu unul din acoperişurile roşii. Culorile

sunt amestecate şi ascund ce-a de-a treia casă. La prima vedere nu-ţi prea dai seama că eu portretizez trei case. Privind mai cu atenţie poţi observa că există şi cea de-a treia casă, datorită tentelor dispersate de roşu din spatele copacului meu cel mare. Creatorul meu a luat o pauză după ce a terminat încărcarea mea cu verde.

Bea o bere şi fuma o ţigară în timp ce rânjea la mine. M-am gândit atunci şi încă mă mai gândesc şi acum uneori că poate nu era aşa de mulţumit cu tonurile ce se suprapuneau. Sau, din contră, el contempla această suprapunere, o găsea drept o isteaţă evidenţă a talentului.

Tonurile suprapuse sunt şi astăzi un mister. Unii privitori ai mei spun că artizanul meu a fost un pictor măiestru, alţii spun că suprapunerea tonurilor e o stângăcie. E o chestiune destul de dezbătută, prin urmare cred că sunt un tablou valoros. Orişicât, nu sunt o operă de artă egocentrică, nu mă simt exaltat atunci când sunt admirat. Sunt mulţumit, simt bucurie şi fericire atunci când privitorii mei sunt stimulaţi de forma şi detaliile mele; când îşi găsesc pacea interioară sau reflectează asupra lor cu folos; când sunt motivaţi să facă ceva bun pentru ei înşişi şi cei din jurul lor, după ce m-au privit pe mine. Dorinţa mea de a fi un stimul pentru inspiraţie m-a făcut să uit de bunele maniere. De aceea poate fi citită această poveste. O parte a spiritului meu s-a scoborât din imagine şi a pus stăpânire pe proprietara mea actuală. Spiritul meu a posedat-o şi acum scrie la comanda mea aceste rânduri. Poate că nu este cel mai frumos lucru pe care i-l pot face. Sper că mâine nu va fi prea şocată, când se va trezi şi va găsi această poveste în computerul ei. Oricum ar sta lucrurile, aşa cum am mai spus şi înainte, eu nu sunt un egocentric. Aşa că scuzaţi-mă pentru această mică digresiune. Dar nu am terminat să vă spun cum a am fost născut.

Creatorul meu şi-a terminat berea, după care a pus mâna pe nişte cărbune şi câteva creioane maronii. A definit rădăcina copacului, ramurile şi casele. După care, pentru a scoate în evidenţă formele şi strălucirea, a

răspândit niscaiva alb pur peste iarbă, copac, tufiş şi case. La sfârşit a pus o porţie generoasă de albastru pentru a acoperi mici spaţii rămase goale în stânga mea. Am fost recunoscător pentru că adăposteam o mică bucăţică din infinitul cer. Am fost şi m-am simţit desăvârşit. Orice operă de artă este desăvârşită atunci când sugerează infinita potenţialitate. Simţurile umane eşuează în a înţelege infinitul. Imaginaţia omului nu poate îmbrăţişa infinitul. E o idee. Abstractă chiar. Acesta e un lucru cert. Însă fiecare om are propria sa noţiune subiectivă a infinitului, chiar dacă toţi admit că nu poţi avea infinitul.

După ce am fost terminat am fost lăsat câteva ore singur pentru a mă usca. Apoi am fost pus cu faţa la perete, alături de alte picturi finisate. Din când în când îl mai auzeam pe creatorul meu venind în studio, să lucreze, să mai ia nişte tablouri. De fiecare dată când auzeam uşa deschizându-se speram să fiu luat de acolo. Am dormitat într-un colţ timp de un an.

Într-o zi studioul şi casa au fost cuprinse de o zarvă teribilă. Se căsătorea fratele nurorii pictorului meu. Pentru a doua oară chiar, din câte am înţeles eu din murmurul lor. Era nevoie de un cadou pentru nuntă. Pictorul, nevasta lui, fiul şi nora scrutau în grabă toate picturile din studio, făcând dezordine şi harababură. Soarta a fost de partea mea şi am fost ales. Ceea ce a urmat a fost întâlnirea mea năvalnică cu viaţa. Mai întâi mi-au fost tăiate marginile şi asta m-a durut. Apoi creatorul meu şi-a aşternut semnătura şi m-a închis într-o ramă aurie. M-am simţit înghesuit, dar în siguranţă. Am fost de-a dreptul încântat când a scris o dedicaţie pe spatele meu. Le ura mult noroc tinerilor căsătoriţi. Şi să fie inspiraţi de mine întru bucurie.

În timp ce ei se găteau pentru petrecere eu am fost pus pe un hol şi motanul casei, care nu avea niciodată voie în studio, m-a verificat. M-a mirosit, şi-a frecat capul de rama mea, a tors, iar la final m-a pulverizat cu un strop din urina sa. A fost o monstruozitate, împreună cu uşile trântite, curentul şi agitaţia neîncetată. Timp de un an am stat în linişte şi pace, iar dintr-odată eram expus unei

cantităţi uriaşe de stimuli. De aceea amintirile despre cum mi-am început existenţa utilă sunt atât de vii. Mă entuziasma foarte mult gândul că voi fi agăţat undeva şi voi vedea oameni în majoritatea timpului. Totodată îmi era teamă că mirii nu mă vor agrea şi voi fi abandonat într-o debara sau într-un dulap. Am fost luat din hol chiar atunci când mă copleşiseră aceste gânduri teribile. La ieşire mocofanul de fiu al pictorului, care mă căra, nu a apreciat distanţa dintre mine şi uşă. Am fost lovit de intrare. Am interpretat această coliziune neaşteptată drept un semn al sorţii, care îmi spunea să încetez să mă mai îngrijorez pentru lucruri lipsite de însemnătate. Va fi ce va fi, iar eu voi fi bine.

Odată ce am ajuns afară am fost înfiorat de lumină şi vânt. Erau nişte stimuli foarte puternici. M-a cuprins o nouă stare de spirit.

Soarele străluceşte atât de tare, îi simt razele pe culorile mele şi îmi dau seama cum tentele albastre ies în evidenţă. Este o minunată zi de primăvară. Mirosul pomilor înfloriţi este seducător. Ajungem cu taxiul la petrecerea de nuntă şi se pare că am întârziat, toţi ceilalţi oaspeţi au sosit deja. Este un moment propice prezentării mele. Îi sunt oferit mirelui şi toată lumea îmi poate vedea formele şi culorile, deoarece nu sunt împachetat în nimic. Sunt pasat de la un invitat la altul, toţi îşi exprimă aprecierea pentru pictor. Poate că unii dintre ei exagerează codul bunelor maniere. Perechea, Mihail şi Viorica, sunt încântaţi de peisajul meu verde şi spun că mă vor pune cu siguranţă în sufragerie. Pentru o vreme toată lumea bea, mănâncă, vorbeşte şi fumează. Se lasă seara şi orchestra începe să-şi facă treaba. Eu mă simt poluat fonic şi mă întreb de ce aleg oamenii să se sărbătorească în spaţii închise. În aer liber şi pe timpul zilei ar avea parte de o experienţă mult mai frumoasă şi mai intensă. Le-ar fi mai bine şi fără toate manierele şi costumele rigide pe care le poartă. Eh, civilizaţia şi dezavantajele ei… Ce altceva ar putea spune un peisaj despre o nuntă modernă? Oricum ar sta lucrurile, alaiul nunţii pare să se bucure de

atmosferă. Beau şi danseză până în zori şi îşi exprimă aprecierea pentru petrecere. Eu sunt dus în casa mea cea nouă şi pus pe o masă.

După-amiaza sunt agăţat de un perete, cu faţa la sufrageria curată şi ordonată. Pe peretele din dreapta mea e un tablou ursuz cu panseluţe. E o natură moartă care visează toată ziua la cum va fi expusă ea într-un muzeu. A fost pictată cu uleiuri ieftine şi din când în când i se desprind mici bucăţele de vopsea şi se adună ca nişte minusculi purici între passe-partout şi sticlă. Creatorul ei a pictat-o la cerere şi se mişca plictisit şi vorbea despre faimă în timp ce o picta. De aceea pictura este o megalomană posacă. O ignor în majoritatea timpului. Lângă panseluţe este un tablou cu nişte ţigani strânşi în jurul unui foc. Bârfesc şi vorbesc despre cazane de cupru. Au aceiaşi conversaţie care se repetă iar şi iar. Cred că pictorul său a executat pur şi simplu o imagine pe care a văzut-o la un moment dat. Sub ţigani e un tablou cu un mic castel pe malul mării. Împrăştie linişte şi calm şi nu vorbeşte niciodată. Pe peretele din faţa mea e o scenă pastorală a unei femei cu o capră ce se uită în zare peste o prăpastie. Lângă ea e un tablou cu o barcă pe marginea unui lac. Pe celălalt perete e un tablou al unor pui ce ciugulesc în jurul unui hambar acoperit cu paie. Acest peisaj m-a salutat de cum am fost atârnat pe perete şi am schimbat câteva cuvinte despre familia pe ai cărei pereţi atârnăm.

Cuplul căsătorit locuieşte cu părinţii miresei. Soacra, Suzana pare să fie obsedată de aparenţe. O văd în fiecare dimineaţă cu un bigudiu în moţ. Arată nostim în timp ce adună cu sârguinţă orice mică scamă de pe podea. Dacă ciucurii covorului sunt dezordonaţi ea îi îndreaptă grijuliu cu ajutorul unui băţ special, pe care îl ţine în spatele bufetului. Acelaşi băţ îl foloseşte pentru a nivela perdelele şi tablourile. Mă gâdil de fiecare dată când sunt atins cu băţul. Această femeie slabă nu pare prea mulţumită de ginerele ei, din când în când o aud cum îi şopteşte fiicei ei că ar trebui să-l înveţe pe Mihail să fie mai ordonat.

Viorica e preocupată mai mult de slujba ei, este medic, râde mult şi aduce flori acasă. Soţul ei le vorbeşte respectuos părinţilor ei şi evită să fie în preajma lor. Iau cina împreună în fiecare duminică. Tensiunea e în aer.

Sunt lăsat timp de o lună singur cu bătrânii. Mirele şi mireasa se duc în luna de miere. Bătrânul cuplu pare mai relaxat acum, primesc frecvent vizite de la prieteni şi rude. La o săptămână după întoarcerea proaspeţilor însurăţei se petrece un scandal imens. Ginerele se uită la televizor şi soacra intră în sufragerie cu o farfurie în mână. Suzana îl dojeneşte aspru pe Mihail pentru că a lăsat o farfurie murdară în dormitor. El îşi cere scuze dar ea continuă să-l certe pentru neglijenţa sa. Observ cum omul devine din ce în ce mai exasperat. Se năpusteşte către doamnă, îi smulge farfuria din mâini şi o sparge de perete. Sunt lovit de un ciob dar nu rănit. Femeia e consternată. Mihail îi spune că e o cotoroanţă bătrână şi rea, trânteşte uşa şi pleacă la o plimbare ca să se calmeze. În ziua următoare bătrânii încep să-şi caute o casă nouă. Într-o săptămână se mută. Iau două tablouri cu ei – femeia cu capra şi barca de la marginea lacului. Rămâne un perete gol care le poartă urmele. Mihail şi Viorica cumpără o bibliotecă şi peretele este din nou acoperit.

Timp de trei ani am parte de o atmosferă relaxată. Am destul timp să mă împrietenesc cu celelalte tablouri. Evident că cel mai bun prieten al meu este hambarul cu pui, amândoi avem pictat un pic din albastrul cer. Cuplul nu stă prea mult pe acasă. Muncesc şi călătoresc mult. Sau se dedică hobby-urilor lor. Lui Mihail îi place să se ducă la vânătoare şi pescuit. Viorica citeşte mult, ascultă muzică clasică, se duce la teatru, concerte şi expoziţii. Pe timpul iernii balconul sufrageriei se umple cu diverse sălbăticiuni moarte. Treptat partea de sus a bibliotecii este acoperită de o varietate de animale împăiate. La început am fost dezgustat dar m-am obişnuit. Omul prepară vânatul ca un bucătar talentat. În sezonul de vânătoare familia primeşte o grămadă de prieteni la prânz şi la cină. Toată lumea spune că mâncarea este absolut delicioasă. Nelu, fratele

Vioricăi, care chiar este bucătar, îi spune că s-a căsătorit cu un om care ar fi putut foarte bine să fie şi bucătar. Când vine în vizită găteşte împreună cu al său cumnat.

De la acest om voinic am aflat că părinţii Vioricăi nu sunt părinţii ei adevăraţi. Mama ei a murit la naşterea bucătarului. Suzana, femeia slăbănoagă e sora tatălui Vioricăi şi al bucătarului. Amândoi sunt în relaţii bune cu tatăl lor, fratele Suzanei.

Viorica spune că nu vrea să aibă un copil, îi este frică că ar putea muri exact ca mama ei naturală. Mai mult, Mihail are un copil din căsătoria lui anterioară. Din când în când văd o fată deşirată care stă în sufragerie cu Viorica în timp ce Mihail e la vânătoare. Andra e un copil timid şi rezervat care pare să nu-şi găsească locul. Viorica stă de vorbă cu ea, o ajută să-şi facă temele şi câteodată merg împreună la plimbare. Îmi pare rău pentru sărmanul copil, nu stă nici cu tatăl, nici cu mama lui adevărată. Viorica este în întregime o străină pentru Andra, dar se poartă destul de matern cu ea.

Într-o zi Viorica îi spune lui Mihail că vrea să aibă un copil. E fericit şi amândoi speră că va fi băiat. Viorica sună pe toată lumea şi le spune că vrea să aibă un copil. Din câte am înţeles eu din conversaţii, toţi se cam îndoiesc că ea va reuşi asta pentru că nu mai este chiar aşa de tânără, are 35 de ani. Eu mă rog să ducă sarcina la bun sfârşit, abia aştept să am un copil care să se joace în preajma mea. De asemenea mi-e frică că altfel cuplul va divorţa, nu au prea multe lucruri în comun, au nevoie de un copil care să le pecetluiască jurămintele. Când un copil vine pe lume el prilejuieşte anumite sentimente bune care întăresc spiritul de familie.

Spre surprinderea tuturor, Viorica rămâne însărcinată peste câteva luni. Pot observa cum burta ei creşte de la lună la lună. Cu toate că munceşte până în a opta lună de sarcină Viorica petrece o grămadă de timp acasă şi a renunţat la gărzi. Aud pickup-ul aproape în fiecare zi, în timp ce o văd cum citeşte cărţi despre sarcină şi creşterea copiilor. E minunat că am parte de atâta

muzică şi poveşti. O dată la câteva zile ea îi citeşte cu voce tare o poveste copilului încă nenăscut. Ea se pregăteşte febril pentru maternitate. Mihail, care e pediatru, îi spune din când în când că e nevoie să ia lucrurile mai încet. El petrece mai puţin timp acasă, poate că nu vrea să o deranjeze. Sper că Viorica nu va fi o mamă exagerată.

Viorela se naşte şi teama mea de comportamente nevrotice devine realitate. Toate medicamentele şi instrumentele posibile pentru îngrijirea bebeluşilor sunt împrăştiate prin sufragerie. Mânerele uşilor sunt învelite în tifon îmbibat cu dezinfectant şi toţi vizitatorii sunt obligaţi să-şi pună la gură şi nas măşti de protecţie. Viorica nu a născut pe cale naturală, copilul a fost scos din burta ei cu ajutorul cezarienei.

Tatăl lui Mihail, un bătrân blând, Vasilică, vine să o ajute la îngrijirea copilului. Mama Vioricăi este suspectă de tuberculoză, iar soţia bătrânului are grijă de verişoara de cinci ani a Viorelei. Cu toate că bunicul Viorelei este destul de delicat şi atent atunci când o manevrează, pot observa cum Viorica se învârte neliniştită în jurul bătrânului de fiecare dată când acesta vine cu copilul în sufragerie. Într-o noapte aud că Mihail şi Viorica au o discuţie aprinsă. Se ceartă în camera copilului, însă vocile lor sunt atât de stridente încât îi pot auzi bine de pe peretele meu din sufragerie. Viorica este deranjată că Mihail a venit de la vânătoare şi a luat copilul în braţe fără să-şi schimbe hainele sau să se spele pe mână. Şi, pentru a completa această profanare, şi-a băgat şi un deget în gura copilului. Viorica este îngrozită că bebeluşul s-ar putea îmbolnăvi, iar Mihail îi explică că toată igienizarea ei exagerată este în van, un copil sănătos trebuie să dezvolte anticorpi.

Poate că datorită acestui scandal măsurile stricte de igienă slăbesc. Pot vedea tot mai mulţi vizitatori care vin în sufragerie cu copilul. Familia e mare – unchi, mătuşi, verişori, trei rânduri de bunici. Au şi o mulţime de prieteni. Aproape în fiecare zi se iveşte cineva nou. Pot în sfârşit să observ pe deplin corpul durduliu al copilului şi capul său

mare acoperit cu păr negru şi des. Viorela pare a fi un copil vânjos şi sănătos, nu ştiu de ce mama ei se teme atât că s-ar putea îmbolnăvi.

Aniversarea de un an a Viorelei este sărbătorită cu un mare chef. Sufrageria este înţesată de o mulţime de oameni care mănâncă, beau şi conversează gălăgios. Unora dintre ei li se permite chiar să şi fumeze. Ţigările sunt o invenţie oribilă, o năpastă. Pot simţi cum compuşii periculoşi ai fumului se lipesc de sticla şi rama mea, mici cantităţi de fum se infiltrează în carcasa mea şi pot simţi cum culorile mele sunt uşor înnegrite. Poate că am absorbit puţin din grijile Vioricăi legate de menţinerea sănătăţii. Indiferent cum ar sta lucrurile, petrecerea este o reuşită, chiar şi eu sunt niţel amuzat de glumele lor. La un moment dat un oaspete scoate la iveală conţinutul pachetului pe care îl adusese cu el. Spre surpriza mea, este un tablou al unei străzi dintr-un oraş, redată în culori mohorâte şi linii aspre. Are un pic de spirit autoritar, dar este politicos şi atent la tot ceea ce este în jurul său. Mihail agaţă tabloul cel nou sub mine şi invitaţii sunt de părere că ne completăm în termeni de culori şi linii. Ne împrietenim, eu îi mai domolesc asprimea, iar el îmi ţine predici atunci când devin prea sentimental.

La scurtă vreme după aniversare Viorela începe primele tentative de a merge. O văd adusă în sufragerie. E ţinută pe după subsuori în timp ce se bălăbăneşte. E un spectacol frumos, mă simt atins de toate emoţiile ce se nasc în copil şi în ceilalţi. Îmi place că Viorela este în general un copil liniştit. Plânge rar şi deja ştie câteva cuvinte – mama, tata, papa, pipi, caca, da. Viorica umblă câteodată cu ea în braţe în timp ce îi explică despre fiecare obiect din sufragerie. Noi, tablorile de pe pereţi, suntem descrise şi explicate în detaliu. Viorela prezintă un interes special pentru ţigani, gângureşte şi arată către ei de câteva ori. Aflu că ţiganii sunt cel mai vechi tablou din familie, Viorica îi spune fiicei ei că îi era frică de acel tablou în copilăria ei. Credea că ţiganii se vor da jos din tablou şi o vor răpi.

Din păcate copilul se îmbolnăveşte de giardia, un parazit intestinal, care cauzează diaree, gaze, crampe şi senzaţie de vomă. Cu toate că Mihail spune că majoritatea oamenilor sunt purtători ai acestui protozoar şi nu e mare lucru, Viorica începe iar cu menţinerea unei igiene stricte şi apelează la mai mulţi doctori pentru a vedea copilul. Tamp de două luni nu văd copilul şi tot ce aud toată ziua e: scaune, pastile, dietă, greaţă, greutate, vomă, tratament. Obsesia Vioricăi e o teroare împovărătoare pentru toţi, inclusiv pentru copil. Mă gândesc că din ciudă Viorela refuză să se facă bine. Într-o zi mă enervez când aud că Viorica vrea să continue regimul deşi scaunele copilului sunt normale. Îi este frică că se va întoarce diareea, iar eu pur şi simplu încep să plâng. Peisajul cu hambar deja suspină. Tabloul de sub mine este şi el supărat dar mă îmbărbătează spunându-mi că grija exagerată a Vioricăi este o dovadă de iubire.

În cele din urmă Viorela se face bine şi pot să o văd iar. Când o aduc pentru prima oară în sufragerie, sunt îngrozit de slăbiciunea şi faţa ei galbenă. Cât a fost bolnavă a fost hrănită mai mult cu supă de morcovi, despre care se credea că are un efect benefic asupra unui stomac deranjat. Acum chipul ei este un pic sfrijit şi are o coloraţie palid-galbenă. Dar îşi revine repede şi curând începe să meargă de una singură. Pe măsură ce-şi însuşeşte limbajul devine din ce în ce mai vorbăreaţă, curioasă şi neastâmpărată. Florica, una din verişoarele Vioricăi care vine să aibă grijă de copil cât ea este la muncă, abia poate face faţă elanului jucăuş al Viorelei. Aproape că este o mică ştrengăriţă plină de energie debordantă. Nu am văzut-o să adoarmă vreodată în sufragerie. Trage mai mereu de fusta femeii, întreabă „de ce” cel puţin de o sută de ori şi împroaşcă cu mâncarea atunci când e hrănită; îşi umple gura cu lichid şi îl scuipă pe săraca femeie; ţipă şi urlă foarte tare apoi râde când vede că femeia s-a vexat; îşi distruge majoritatea păpuşilor. Jucăriile preferate ale Viorelei par a fi o pisică jerpelită de pluş şi un obiect de îmbrăcăminte. E un şorţuleţ alb cu gărgăriţe roşii şi

buzunare în formă de frunză. Îi spune „ica-ica” şi plânge dacă nu o găseşte.

Totuşi, copilul pare să fie normal în preajma părinţilor. Şi atunci când vin musafiri nu ţipă sau se vânzoleşte. În schimb este foarte curioasă, se uită atent la ei cu ochii ei mari şi le scotoceşte în genţi, haine şi sacoşe. E un pic distantă. Deşi le pune o grămadă de întrebări, începe să facă feţe-feţe atunci când e pupată sau ţinută prea mult în braţe. Cred că Andra s-a simţit prost atunci când Viorela s-a smuls din braţele ei, a început să urle apoi a scos limba. Tulburarea a dispărut atunci când copilul şi-a adus una din jucării şi i-a dat-o Andrei. Poate că Viorela nu o place pe Florica şi comportamentul ei drăcesc este modalitatea ei de a-şi arăta nemulţumirea faţă de bonă. E o mare diferenţă între părinţi şi Florica. Dădaca nu îi cântă, desenează sau spune poveşti. Ea pare să hrănească copilul mai mult decât acesta are nevoie şi e afectuoasă. E posibil ca Viorela să se fi obişnuit să fie ţinută în braţe doar atunci când îi este explicat ceva. Am observat cum atât mama cât şi tatăl ei o iau în braţe doar atunci când îi vorbesc. Nu i-am văzut să ţină pur şi simplu copilul în braţe în timp ce fac altceva. Prin urmare Viorela nu este deprinsă să fie pur şi simplu îmbrăţişa A şi nu îi place atunci când oaspeţii o cuprind în braţele lor pe nepusă masă.

Familia are oaspeţi aproape în fiecare weekend. Una din cinele lor cu vânat pare să-i fie dedicată unui anumit oaspete, un bărbat pe la vreo şaizeci de ani, ce vorbeşte folosind deopotrivă cuvinte elevate şi grosolane. Mihail face şi el gărzi la un spital de urgenţă unde operează copii. Acest individ pare a fi chirurgul şef de acolo şi are o slăbiciune pentru vânat. Ridică în slăvi capturile lui Mihail şi cere porţii suplimentare. La un moment dat, în timp ce se juca cu Viorela, care îi ciufulea părul, i se adresează dintr-odată lui Mihail. Îi spune că ar putea fi chirurg cu normă întreagă, pentru că e talentat. Toată lumea a rămas fără cuvinte, cu excepţia lui Mihail, care spune că în general îi place să coasă, e o activitate relaxantă, dar nu şi-ar schimba viaţa pe care o are pentru o astfel de carieră.

Totuşi, spune că se va gândi la această opţiune. Eu presupun că e doar politicos, îmi dau seama din tonul vocii lui că nu e prea interesat.

Peste câteva zile Florica are o discuţie cu mama copilului. Îi spune că este extenuată şi că e nevoită să renunţe la a mai sta cu Viorela, pentru că altminteri va sfârşi într-un azil de nebuni. Viorica încearcă să o convingă să mai stea puţin, până va lua sfârşit perioada de carantină a Suzanei. Femeia nu este de acord şi Viorela este dusă la nişte vecini cât timp părinţii ei sunt la muncă. Îi cunosc, au venit în vizită de mai multe ori. Copiii lor sunt un pic mai mari şi le place să se joace cu cea mică. Între timp am şi eu parte de linişte şi pace.

Într-o sâmbătă Mhail vine de la vânătoare mai devreme ca de obicei. Aduce o grămadă de gâşte sălbatice, raţe şi fazani. Copiii vecinilor îi fac Viorelei o vizită. Toţi se năpustesc asupra sălbăticiunilor moarte. Sunt fascinaţi. Viorela înhaţă două gâşte şi se mânjeşte cu sânge. Apoi bagă o gâscă în căruciorul ei de jucărie şi începe să o plimbe prin cameră. Toţi râd. Eu sunt dezgustat de acest spectacol morbid. Situaţia se înrăutăţeşte. Viorela începe să smulgă penele colorate ale unui fazan. Din fericire scârba mea se transformă curând în fascinaţie. Mihail aduce câteva piuneze, lipici, ac şi aţă. Meştereşte câteva broşe din grămada de pene şi le dă copiilor.

Tatăl natural al Vioricăi, Stelică, vine dintr-un alt oraş ca să aibă grijă de copil până când Suzana va primi rezultatul testului de tuberculoză. E un bătrânel tuciuriu şi simpatic. Viorela îl place pentru că se joacă mult cu ea, se scălâmbăie, o imită şi se întinde pe jos împreună cu ea. Sunetele de animale pe care le scot sunt un pic prea mult pentru mine. Viorela nu pare a fi deranjată în a fi purtată de dânsul în braţe, deşi nu vorbeşte prea mult cu ea. Într-o după-amiază, în timp ce stau amândoi liniştiţi şi se uită pe fereastră, Viorela îşi aruncă dintr-odată jucăria în formă de Pinocchio pe geam. Văzându-i faţa uluită a bătrânului începe să râdă cu poftă. El e un om blând, nu se supără şi se duce afară să ia jucăria. În momentul în care copilul îşi

vede jucăria adusă, o smulge din mâinile bătrânului şi o aruncă râzând iar pe fereastră. Scena se repetă de câteva ori, până când bătrânul oboseşte şi închide fereastra.

Se dovedeşte că Suzana e la fel de sănătoasă precum copilul şi curând apare iar tărăboiul. Pentru câteva săptămâni pare că noutatea situaţiei ţine copilul liniştit. De asemenea bunica Suzana e tare interesată de nepoata ei. Îi spune poveşti despre regi şi regine, aparent pentru a-i stimula copilului judecata. Suzana pune mult accent pe faptul că Viorela trebuie să aibă discernământ în tot ceea ce face. Cred că e cam mult pentru un copil de aproape trei ani, însă ştiu că Suzana nu a avut de-a face cu ţânci. Am aflat de la Nelu că Suzana a adoptat-o atunci când avea nouă ani. Aşa că Suzana nu e obişnuită cu cineva atât de mic şi o tratează pe Viorela ca pe un adult. Aceasta nu ar fi o problemă pentru mine, Viorela e absorbită de poveştile bunicii ei şi nu mă mai deranjează cu ţipete şi agitaţie. Numai de s-ar fi rezumat în a-i forma Viorelei simţul moral, aşa cum a făcut-o în primele săptămâni. Dar treptat-treptat Suzana revine la obiceiurile ei de a deretica compulsiv. Prin urmare copilul petrece o grămadă de timp singur în camera lui.

Într-o zi o aud pe bunica indignată cum îşi mustră nepoata. Viorela a mânjit pereţii cu caca. Fapta se repetă de câteva ori şi părinţii o ceartă pe bătrână că a lăsat copilul singur. Fac gâlceavă timp de o oră sub culorile mele. Suzana spune că o iubeşte pe Viorela şi vrea să o educe cum se cuvine, numai că nu o poate face într-o casă atât de dezordonată. Familia angajează o menajeră. Vine de două ori pe săptămână şi de fiecare dată când şterge praful acordă un interes deosebit tablourilor. Pacea mea este serios perturbată de doamna care face curat, de bunica care mă îndreaptă după ce am fost şters şi de copilul care urlă. Dacă Viorelei nu i se acordă atenţie, atunci începe cu efervescenţa ei înnebunitoare.

La aniversarea ei de trei ani Viorela uimeşte musafirii cu limbajul ei matur şi manierele ei proaste. Răsturnă intenţionat o bucată de tort pe covor şi apoi calcă în el.

Mama lui Mihail este revoltată însă se liniştеşte atunci când Viorela spune că îi pare rău pentru ce a făcut şi pentru lipsa ei de judecată. Copila este încântată că toată atenţia este îndreptată către ea. La un moment dat se aşează picior peste picior pe unul dintre scăunelele ei şi începe un discurs despre cum toţi ar trebui să o bage în seamă dacă vor ca ea să fie un copil bun. Toată lumea râde şi tatăl îi face poze. Curând Viorela este trimisă la grădiniţă. Aceasta elimină poluarea fonică şi restabileşte armonia în familie.

Au cu regularitate oaspeţi la prânz şi se duc împreună la picnic şi în excursii. Din păcate nu mă pot bucura prea mult de atmosfera frumoasă pentru că Viorica şi Mihail încep să se certe foarte des. Ea e geloasă că el vine târziu acasă şi îl asaltează verbal. El ripostează şi eu sunt uimit de cum sfârşesc prin a se înjura ca nişte ţărănoi. De câteva ori s-au insultat şi în faţa copilului şi Viorela îi reproduce câteva expresii răuvoitoare bunicii ei. Suzana e indignată, o ceartă pe fetiţă. Degeaba îi explică că un astfel de limbaj este un lucru greşit, căci nu face decât să provoace şi mai mult copilul. O ceartă şi pe Viorica că nu a fost în stare să-şi aleagă un bărbat potrivit. Viorica se aprinde şi bătrâna pleacă. Pentru câteva luni nu mai au loc scandaluri. Sărbătorile pascale reunesc întreaga familie în jurul mesei şi după aceea Viorica, Mihail şi Viorela se duc la familia bucătarului câteva zile bune. Apoi vine vara şi călătoresc prin ţară. Sunt singur în majoritatea timpului. Vine toamna şi la câteva zile după ce Viorela împlineşte patru ani, Viorica are acces de furie. E foarte supărată că Mihail a venit încă o dată târziu acasă. De data aceasta vrea să divorţeze. Dar întreaga familie vine peste ea şi încearcă să o calmeze. Am ocazia să-l văd din nou pe Stelică. E aşa un bătrân simpatic, cu toate că este un om tare simplu. „Copii mei, aţi învăţat atât de mult, sunteţi doctori respectaţi şi vă certaţi mai rău ca ţăranii săraci. Mi-am petrecut mai toată viaţa la ţară şi nu am fost mult la şcoală, dar vă spun că oamenii buni nu se ceartă ca voi. Trebuie că aveţi o grămadă de timp liber, poate că nu

lucraţi îndeajuns. Odată munceam la stână şi am văzut că ăla care căuta mereu ceartă era ăla care lucra cel mai puţin şi mai prost. Liniştiţi-vă şi terminaţi cu prostiile". Sunt aşa de mişcat, pur şi simplu îi sorb cuvintele, dar să nu uităm că eu sunt un tablou al unui peisaj.

Viorica e de acord să nu divorţeze. Spune că de dragul copilului. Dar e din ce în ce mai deprimată. Am văzut că are tendinţa să se deprime mai ales primăvara şi toamna, însă acum e mai rău ca niciodată. Încet-încet casa devine o harababură. Când e acasă Viorica fie doarme, fie se ceartă cu Mihail. Trec la violenţă fizică. Într-o seară Viorica răstoarnă în veceu tava cu mâncare a lui Mihail şi el aruncă cu un scaun după ea. Geamul uşii de la sufragerie se sparge şi pe mine mă loveşte spaima. Viorela pare că se retrage într-o lume imaginară. Din când în când o aud cum vorbeşte cu prietenii ei fictivi. Cred că lucrurile deja sunt pierdute şi familia se va destrăma. Din fericire Viorica este vizitată de o prietenă care este psihiatră şi este de acord să înceapă un tratament. Lucrurile se îndreaptă, dar vechile metehne persistă. Încă îmi amintesc cuvânt cu cuvânt o discuţie.

Ţi-am spus eu! Trebuia să fii mai atentă când ţi-ai ales bărbatul! pufăie Suzana plină de ură.

Ooo mamă, dar tu nu ştii că atunci când e vorba de iubire nu mai sunt alegeri. Pur şi simplu îmi iubesc soţul şi sunt extrem de rănită că ar fi fost cu alte femei.

Viorica se lamentează ca un copil.

Poate că şi tatăl tău o mai fi fost cu altele, dar nu am avut ocazia să mă gândesc la asta. El era atât de bun şi de respectuos şi mă ajuta mult cu gospodăria. Soţul tău e un dezordonat, lucrurile sunt răvăşite peste tot şi lui nu-i pasă decât de interesele lui. În afara momentelor în care staţi cu copilul voi nu aveţi timp doar pentru voi doi. De când s-a născut copilul nu aţi mai fost doar voi doi niciunde. Fă ceva! Şi atunci când petreceţi ceva timp împreună poţi să-l rogi frumos să fie mai ordonat.

Suzana îi face aceste recomandări cu multă

însufleţire, dar Viorica îi răspunde cu ciudă.

Mie nu îmi pasă atât de mult de ordine pe cât îţi pasă ţie!

Poate că ar trebui. Creşte-ţi copilul ăsta într-un mediu dezordonat. Asta n-o să îi aducă nimic bun. Şi ca să faceţi lucrurile şi mai rele, mai folosiţi şi cuvinte abominabile de faţă cu ea. Mi-e prea ruşine să mai reproduc ce mi-a spus Viorela.

Viorela intră în cameră şi se uită curioasă la mama şi bunica ei. Suzana îi vorbeşte cu voce mieroasă.

Dragă poţi să ne laşi singure un pic, avem ceva important de discutat.

Ce e important? Vreau să ştiu!

Copila se răsteşte şi Viorica aproape că o imploră să le lase în pace, dar zvăpăiata fată nu se lasă.

Te rog, fii un copil cuminte şi du-te în camera cealaltă. O să îţi spunem mai târziu, după ce terminăm de vorbit.

Nu, nu o să îmi spuneţi! Vreţi doar să scăpaţi de mine! Vreau să ştiu despre ce vorbiţi.

Dacă insişti, uite îţi spune acum bunica. Mă cert cu mama ta pentru că aveţi o casă dezordonată. Nu e voie să fie aşa. Vrei să râdă copii de tine atunci când vin în vizită?

Nu, dar doar copiii vecinilor vin aici. Şi uneori i copiii prietenilor voştri şi verişorii mei. Pot să aduc copiii de la grădiniţă?

Viorela se entuziasmează, dar pe degeaba.

Nu acum, ci mai încolo când o să fii mare.

Comportamentul lor aberant e ca un cerc vicios şi copilul asimilează conduita inadecvată în felul lui. Viorela refuză să facă ceea ce i se spune. Nu-şi învaţă poeziile de la grădiniţă, îi tratează pe toţi ca şi cum ar fi slujitorii ei personali, nu dă bineţe şi aşteptă mereu să primească cadouri. Amuzamentul ei e să facă tărăboi şi debandadă. Ţipă şi urlă, ia oale şi bate în ele cu linguri doar ca să facă zgomot. Evident că muzica pe care o agreează este popul turbat şi new-wave-ul. Viorica i-a pus de mai multe ori

clicuri cu muzică clasică, însă nu s-a arătat interesată. Ba din contră, a vrut să oprească discul şi a stricat aparatul. Din fericire pentru ea, în sufragerie e şi un casetofon. Mihail aduce acasă câteva compilaţii pop şi Viorela învaţă să umble cu aparatul. Ascultă obsesiv aceeaşi casetă şi se bâţâie pe muzica dată tare. E o teroare, mai ales în vacanţe, când nu se duce la grădiniţă. Devine din ce în ce mai agresivă atunci când este lăsată singură cu bunica. Viorela o ceartă pe Suzana că nu se joacă cu ea. Suzana ripostează criticând părinţii copilului. Spune că nu se poate trăi într-o asemenea dezordine şi mizerie, că e nesănătos, pentru minte şi corp. Copilul vrea să participe la curăţenie, dar bunica nu e de acord.

Uite, te ajut şi eu, dă-mi o cârpă.

Copila e entuziasmată, însă bunica îi răspunde dezgustată.

Nu, nu e potrivit ca un copil să facă aşa ceva, du-te şi te joacă. Ţi-am spus de o sută de ori!

Dar vreau să ajut!

În ciuda rugăminţilor copilului bătrâna nu se lasă, ba din contră, repede copilul.

Nu e voie, du-te şi te joacă.

Nu pot să mă joc singură, vino şi joacă-te cu mine.

Nu am timp pentru asta acum. Uite ce-i aici, e un dezastru. Părinţii tăi ar trebui să aibă o femeie de serviciu care să vină aici în fiecare zi.

Nu au nevoie de o femeie de serviciu, că te au pe tine.

Ai grijă cum vorbeşti, obraznico!

Bine, mă duc să mă joc.

Bunica împătureşte nişte rufe în sufragerie. Copilul se duce în bucătărie şi începe să bată cu lingurile în oale. Bunica îşi pierde cumpătul şi se duce să o certe. Viorela continuă şi din câte aud, bunica o ia de urechi. Copila începe să urle şi să plângă şi o îmbrânceşte pe bătrână, după care apare în fugă în sufragerie. Bunica vine plângând după ea.

Cum îndrăzneşti să o îmbrânceşti pe propria ta bunică?!

De ce mă pedepseşti aşa? Te urăsc când mă iei de urechi. Mi-ai spus să mă duc să mă joc. Am făcut ce mi-ai zis.

Ai făcut înadins, ştii că un copil normal nu se joacă aşa. Nu ţi-e ruşine de cum te comporţi?

Nu ţi-e ţie ruşine de cum te comporţi? Ar trebui să ai grijă de mine şi tu eşti o femeie de serviciu.

Cum îndrăzneşti să spui aşa ceva? Eu am fost avocată! Bunica devine de-a dreptul autoritară, uită că plângea.

O să-i spun lu' mama că nu ai grijă de mine. Ştiu că nu îi place că eşti o femeie de serviciu.

Fac asta pentru că te iubesc Viorela, vreau să creşti în ordine.

Nu-mi pasă de ordinea ta, vreau să mă joc.

Suzana îmbrăţişează copilul după care fac împreună o păpuşă din cârpe. Când părinţii ajung acasă, sunt încântaţi să o cunoască pe Roza, păpuşa cârpită. Dar în zilele următoare bătrâna şi copila continuă să se certe. Viorela vrea să iasă afară, Suzana îi spune că nu e nimic bun acolo, doar derbedei şi mizerie. Copila spune că îi plac derbedeii, iar ea e unul dintre ei. Bunica îi explică că e un copil deosebit, părinţii ei sunt doctori şi merită ceva mai bun decât să se joace cu copiii săraci din spatele blocului. Explicaţia pare să liniştească copilul pentru o vreme. Dar curând apare în fugă, ţipă şi bate darabana în diverse obiecte. Bătrâna e exasperată şi încercă să prindă fetiţa. Fuge după ea în jurul mesei din sufragerie. În cele din urmă reuşeşte să prindă copila şi o trage de urechi. Spre deosebire de alte dăţi când a fost trasă de urechi, Viorela nu ţipă şi nu plânge, ci pur şi simplu se duce în camera ei într-o manieră solemnă. Cred că Viorela îşi plănuieşte răzbunarea pe bătrână. Stă în camera ei până aude că bătrâna a ieşit pe balcon. Atunci se năpusteşte în sufragerie şi închide uşa balconului. Uşa aceasta se poate

deschide doar pe dinăuntru. Bunica e năucită şi nepoata râde în hohote.

Te rog Viorela deschide uşa! Te roagă frumos bunica… spune bătrâna într-un ton mieros.

Vino să mă prinzi acum! Cotoroanţo!

Te rog Viorela, te implor să îmi dai drumul. Suzana aproape că plânge.

Te rog să vii să mă prinzi acum! Copila râde satisfăcută.

Haide Viorela, fii un copil bun, las-o pe bunica înăuntru…

Nu meriţi!

Stai să vezi ce-o să-ţi facă ai tăi pentru asta!

Nu-mi pasă, tu eşti acolo şi eu aici.

Mă aud vecinii… te faci de râs cu comportamentul ăsta. Dă-mi drumul!

Nu vreau!

Toată lumea o să îşi bată joc de tine, când o să afle despre asta. Şi crede-mă pe cuvânt, o să le spun tuturor ce copil rău eşti. O să te ridiculizeze, o să îţi spună că eşti o ruşine şi o batjocură. Niciun copil n-o să se mai joace cu tine. Lasă-mă să intru!

Stai acolo că meriţi.

Viorela râde şi îi face semne obscene bunicii.

Te faci de râs Viorela. Nu se cade să faci aşa ceva. Te rog las-o pe bunica înăuntru.

Eşti o bunică rea, trebuie să stai acolo.

Oamenii de pe stradă văd că mă ţii aici captivă. O să vină şi-o să te ia! Copil neruşinat!

Nu o să le deschid uşa.

Chem miliţia! Lasă-mă să intru! Suzana e din ce în ce mai alarmată.

Şi cum o să faci asta? Ieşi acolo!

Uite trec nişte miliţieni acum pe stradă. Mă văd că sunt aici şi o să vină să te ia.

Nu văd niciun miliţian. Eşti o bunică nebună.

Oh Viorela te rog! Mă simt rău. Mă doare inima. Cad aici şi mor. O să mă ai pe conştiinţă.

Minţi. Încerci să mă păcăleşti ca să te las înăuntru.

Nu Viorela, crede-mă… sunt bătrână şi ce-mi faci e prea mult pentru mine. Mă doare inima, o să cad jos!

Eşti o mincinoasă!

Uite în tremură picioarele. O să cad…

Şi Suzana se prăvăleşte pe podea gâfâind şi pufăind. Viorela deschide rapid uşa cu lacrimi în ochi. Imediat ce de uşa e deschisă, bunicuţa se ridică instant de pe podea şi o apucă pe Viorela de păr. O smuceşte de câteva ori, copilul rămâne perplex şi începe să suspine. Apoi se duce în camera ei fără a mai scoate un cuvânt. A doua zi se poartă ca şi cum nimic nu s-ar fi întâmplat. Timp de o săptămână am parte de ceva linişte cu toate că de fiecare dată când le aud vorbind ceva mai răstit mă tem că va avea loc un nou spectacol ce-mi va rupe inima. Din nefericire temerile mele se adeveresc, într-o după-amiază Viorela îşi închide iar bunica pe balcon. Bătrâna nu poate convinge defel copilul să îi dea drumul. Suzana cerşeşte şi imploră, ameninţă cu scenarii ruşinoase, ameninţă cu miliţia, mimează un atac de cord apoi începe să urle după ajutor. Viorela îi spune că e ruşinos ca un om mare să urle în asemenea hal. Bunica începe cu reproşurile.

În viaţa mea nu am văzut un copil ca tine. Maică-ta era un înger. Tu eşti răutatea întruchipată Viorela!

Eşti un copil insuportabil. Tu chiar vrei să mă omori. O să mor şi o să mă ai pe conştiinţă.

Nu o să mori, doar te prefaci.

Viorela pare plictisită şi cască în timp ce o priveşte fix pe bunică. Trebuie să îndur în tăcere purtarea lor. Mi-aş dori să nu fi fost aici. Din păcate sunt, lipsit de cuvinte şi prizonier în rama mea. Mi-aş fi dorit să fi putut vorbi. Să le spun că nu sunt în toate minţile, comportamentul lor este prostesc şi răutăcios; cât de binecuvântate sunt pentru că pot umbla şi vorbi iar ele aruncă aceste daruri umane în vidul răutăţii. Dar eu nu mă pot mişca aşa că

trebuie să suport spectacolul lor grotesc.

De ce vrei să mă omori Viorela? Tu nu ai conştiinţă? O să mor aici din cauza ta. Lasă-mă să intru!

Nu! De ce m-ai păcălit? Crezi că sunt proastă? Meriţi să stai acolo până înţelegi că eşti o bunică rea.

Tu eşti un copil rău şi vrei să mă omori. O să mor! Suzana se vaită de ţi se rupe sufletul.

Poţi să mori cât de mult vrei.

Viorela pare foarte stăpână pe sine, nu are nicio inflexiune a vocii. Iese din sufragerie şi nu ştiu ce face timp de o oră. Revine cu o faţă aspră şi i se adresează cu hotărâre bunicii.

Uite bunico, mie îmi pare rău că te-am închis pe balcon. Vreau să-ţi dau drumul, dar mi-e frică că mă vei lua iar de păr. Şi data trecută chiar m-a durut. Ştii cât de mult urăsc să fiu luată de păr…

Neruşinato! Lasă-mă să intru pentru numele lui Dumnezeu!

Dacă ţipi şi urli nu te las.

Lasă-mă să intru! Vrei să mor? O să mor!

Trebuie să îmi promiţi că n-o să-mi faci nimic când îţi dau drumul.

Bine, îşi promit! Lasă-mă să intru!

Nu te cred, data trecută m-ai păcălit. Am spus că îmi pare rău că am fost un copil rău şi obraznic.

Te rog Viorela… îmi pare rău. Lasă-mă înăuntru, îngheţ aici!

Juri că n-o să-mi faci nimic?

Da, jur! Acum lasă-mă să intru!

Pe cuvântul tău că n-o să-mi faci nimic?

Ai cuvântul meu de onoare! Ştii cât este de important să ai caracter, să fii o persoană de încredere.

Bunica pare că s-a detaşat de furie şi manipulare şi vorbeşte serios. Viorela deschide uşa balconului, bunica intră şi nu îşi vorbesc deloc. Pielea bătrânei pare să aibă o tentă vineţie. E luna decembrie şi balconul nu are ferestre.

Începe să strănute şi să tuşească. Părinţii Viorelei ajung acasă. De cum intră pe uşă, copila şi bătrâna îi bombardează cu insultele pe care şi le adresează una celeilalte. Mihail izbucneşte în râs când aude că bunica a fost închisă pe balcon. Viorica îl înghionteşte delicat şi îi şopteşte ceva la ureche, după care începe o predică.

Viorela, nu trebuie să îi faci aşa ceva bunicii tale, e lipsit de respect. Sunt foarte dezamăgită de comportamentul tău…

Dar…

Copilul încearcă să spună ceva şi are lacrimi în ochi.

Niciun dar! Lasă-mă să termin şi apoi poţi să-mi spui ce vrei. Ai făcut ceva foarte greşit. Nu trebuie să închizi pe nimeni pe balcon dacă te supără. Ea este bunica ta şi ar trebui s-o respecţi pentru toată grija pe care ţi-o poartă. Dacă te deranjează atitudinea şi comportamentul ei, poţi să ne spui nouă. Nu ai voie în nicio circumstanţă să închizi pe cineva undeva. Este total greşit să închizi pe cineva. Nimeni nu are voie să facă aşa ceva. Te-am închis noi undeva când ai făcut ceva rău?

Nu m-aţi închis… dar ea…

Ştii că bunica ta e bătrână. Afară este frig şi s-ar putea ca ea să se îmbolnăvească. Ar trebui să te simţi ruşinată şi să nu mai faci niciodată aşa ceva. Niciodată, înţelegi?!

Mihail intervine şi el pe un ton ridicat. Însă îl întrerupe chiar bunica.

Ai demonstrat multă răutate, dacă ţi-am fi făcut şi noi la fel ţie?

Haide, las-o în pace, ştie că a greşit. Deja mi-a cerut iertare… îi pare rău…

Acum două minute spuneai că e cel mai rău copil din lume şi acum îi iei apărarea? Viorica e contrariată. Mihail i se adresează Suzanei.

Şi ţie ar trebui să-ţi fie ruşine. I-ai spus de mai multe ori că te va omorî. Nu îi spui aşa ceva unui copil de cinci ani. Plus că ai mimat o criză. E total inadecvat pentru o

doamnă respectabilă ca tine.

Haide Mihail ce-o să mai înţeleagă copilul acum? Viorela nu trebuie să te mai porţi aşa niciodată! Copila face ochii mari, îi apare un mic zâmbet în colţul gurii şi îi răspunde mamei.

Mă tratează ca pe o mobilă. Nu am voie niciodată să o ajut şi îmi spune că copiii de afară sunt derbedei săraci şi nu îmi dă voie să mă joc cu ei.

Suzana lasă copilul să fie copil, ar trebui s-o scoţi mai des afară şi să o laşi să se joace ca un copil obişnuit…

Mihail nu apucă să îşi termine fraza, căci îl întrerupe Viorica. Pare să aibă o undă de teamă în voce.

Dar este foarte mică şi s-ar putea răni, majoritatea copiilor care vin în spatele blocului sunt mai mari ca ea…

Las-o să fie un copil normal, toţi mai cad şi se mai julesc din când în când, nu-i mare lucru.

Când aude aceasta Viorelei pare că îi vine inima la loc, uită de lacrimi şi începe să-şi insulte iar bunica.

Care se înfurie iar.

Lu’ bunica îi pasă doar de curăţenia ei. Vrea să fiu şi eu o mobilă. Să stau fără să mă mişc toată ziua. E o femeie de serviciu proastă.

Copil neruşinat! Cum îndrăzneşti?

Eşti o bunică rea, nu îţi pasă de mine.

Îmi pasă prea mult de tine, vreau să creşti într-un mediu curat şi ordonat.

Viorica îi spune bătrânei că un copil are nevoie de atenţie, ceea ce o provoacă iar pe copilă.

E o femeie de serviciu proastă!

Şi se postează în faţa bătrânei şi scoate limba. Bătrâna ia foc şi vrea s-o apuce de ciuf. Viorica le separă. Mihail spune din nou că fetiţa are nevoie să stea mai mult pe afară. Viorica spune că cea mică ar putea răci, acum că e decembrie. Suzana începe să se plângă de dezordinea din casa lor. Mihail se duce la bucătărie. Bătrâna se ceartă iar cu micuţa. Viorica pare deranjată de plecarea la

bucătărie a lui Mihail şi se duce după el. Încep să se certe, dar nu aud ce spun pentru că Viorela începe să bată în geamul uşii de la sufragerie în timp ce Suzana ţipă la ea. Peste câteva minute revin părinţii. Au decis că Suzana nu va mai avea grijă de Viorela. Bunica şi nepoata par să fie mulţumite şi satisfăcute de această decizie. Pentru o vreme e un soi de armonie în familie, se înţeleg bine, deşi mai apar dispute din când în când. Viorica încearcă împreună cu Mihail să cultive bunele maniere al copilului. Viorela mănâncă urât, împroaşcă cu mâncare, pătează faţa de masă, plescăie, râgâie, trage vânturi şi este obraznică cu anumiţi oaspeţi. De exemplu scotoceşte geanta surorii lui Mihail, găseşte rujul şi îl strică în timp ce încearcă să se dea cu el pe buze. E muştruluită, dar le topeşte inimile când le spune că voia să fie frumoasă ca mătuşa ei. Dar totodată îşi dorea să o salveze pe mătuşa ei, ca să nu mai facă mizerie. Adică a distrus rujul pentru ca mătuşa Carmen să nu mai lase urme pe obrajii ei, pe pahare şi pe şerveţele. Eu cred că a născocit la repezeală o scuză ca să scape de ceartă.

Suzana nu mai vine să stea cu Viorela când mama ei este de gardă, aşa că Mihail ia fetiţa cu el la consultaţiile pe care le mai dă la domiciliul copiilor. Se iscă o ceartă atunci când Viorica află. Îi este frică că Viorela s-ar putea îmbolnăvi. Mihail încearcă să o convingă că a vedea alţi copii şi familiile lor este un lucru bun pentru fiica lor. I-ar spori nivelul de înţelegere pe care îl are asupra lumii şi i-ar întări sistemul imunitar. Mama nu mai are ce să zică. Mai mult, treptat micii pacienţi ai lui Mihail încep să fie consultaţi şi aici, în sufragerie. Am ocazia să observ tot felul de copii şi familiile lor. Viorela pare că a moştenit abilitatea tatălui ei de a se înţelege foarte bine cu micii omuleţi. Sau poate că îl imită pe tatăl ei. Sau, mai bine, amândouă.

Viorica şi Mihail încep să o ducă pe Viorela şi pe la diverse muzee. Fetiţa pare că a dezvoltat o fascinaţie pentru muzeul de istorie naturală. Îi tot roagă să o ducă acolo. În acel muzeu a aflat că bebeluşii nu vin pe lume

aduşi de barză. Viorica insistă în a-i spune copilului că într-adevăr bebeii sunt aduşi de barză, deşi Mihail i-a explicat fetii cum stau lucrurile atunci când o femeie însărcinată a venit aici la consult cu al ei copil de trei ani.

Într-o zi după ce au fost aici o bunică cu nepoata ei, Viorela întreabă de Suzana. Spune că o vrea înapoi pentru că îi este dor de ea şi promite că va fi respectuoasă cu bătrâna. Când se revăd sunt martorul ueni explozii emoţionale, se îmbrăţişează, spun că le pare rău pentru ce au făcut şi că se iubesc foarte mult. O vreme se înţeleg bine, Suzana încearcă să o înveţe alfabetul pe copilă. Fetiţei îi lipsesc atenţia şi răbdarea, abia învaţă să-şi scrie numele. Energia ei debordantă pare să nu o lase să fie atentă şi să stea jos mai mult de cinci minute. Treptat încep să reapară şi vechile probleme, încep să se certe pe dezordine, debandadă şi lipsa de atenţie. Se blamează reciproc. Viorela spune că Suzana o neglijează din cauza programului ei de curăţenie şi bunica spune că nepoata se neglijează de una singură pentru că nu e atentă la nimic mai mult de cinci minute. E un suiş şi un coborâş permanent de pedepse şi recompense, acum spun cât de mult se urăsc una pe cealaltă şi apoi spun că le pare rău şi se iubesc. Bătrâna vorbeşte de moarte mai des ca înainte. Aproape de fiecare dată când este deranjată de comportamentul nepoatei spune că Viorela vrea să o omoare. Odată fata s-a enervat atât de tare că bunica a zis de prea multe ori că vrea să moară, încât i-a înhăţat mâna şi a muşcat-o până i-a dat sângele. Femeia ia foc, înjură copilul şi îl scuipă. Viorela o scuipă înapoi şi încep să se îmbrâncească. Noroc că vin părinţii. Când decid să le despartă, interzicându-i bătrânei să mai vină la nepoată, cele două scandalagioaice încep să plângă şi îşi cer iertare pentru faptele lor urâte. Nu vor să stea despărţite, Suzana spune că o iubeşte pe Viorela şi Viorela spune că o iubeşte pe Suzana. Bunica continuă deci să aibă grijă de nepoată. Pare că scuipatul li s-a împământenit ca obicei prost. Ajung ca de fiecare dată când se ceartă să se şi scuipe. Este o manifestare care îmi repugnă.

Ca de obicei, Viorela vrea să ia parte la procedurile de curăţenie ale bătrânei. I se interzice şi face cel mai îngrozitor lucru din întreaga ei existenţă. Înşafacă o lingură din chiuvetă, fuge cu ea în sufragerie, în timp ce îi spune bunicii că e proastă şi nu este în stare să-i ia lingura. Evident că bătrâna prinde copila, îi ia lingura şi o trage de urechi. Viorela reacţionează neaşteptat de bine, spune chiar şi că îi pare rău. Suzana se duce pe balcon să scuture o faţă de masă. Viorela se duce a bucătărie şi revine cu aceeaşi lingură. Începe să ţipe că Suzana e proastă şi nu poate să-i ia lingura. Bunica se năpusteşte şi apucă lingura. Se aude un ţipăt îngrozitor de durere. Lingura fusese încinsă la aragaz. Văd că amândouă au lacrimi în ochi. Viorela e speriată, îi pupă mâna bunicii şi spune că îi pare foarte rău, nu şi-a dat seama ce durere poate să facă o lingură încinsă. Plâng amândouă minute bune. După acest incident oribil, încep să se poarte mai normal, uită chiar şi de scuipat. Suzana încearcă în zadar să o înveţe pe Viorela să citească. Copilului acestuia chiar îi lipseşte răbdarea, e un ghem de agitaţie şi repezeală.

Viorica şi Mihail se hotărăsc să renoveze apartamentul, nu a mai fost zugrăvit de când bătrânii l-au cumpărat. Aceasta se întâmpla acum aproape douăzeci de ani. Viorela este trimisă timp de mai bine de o lună, în fiecare vară, la o familie de saşi dintr-un sat de pe lângă Braşov. Aduc copilul acasă împreună cu sasul, Walter, care este zugrav. Stă aici o săptămână şi toată casa este întoarsă pe dos. Înţeleg ce-i aia precizia nemţească. Omul vrea să zugrăvească camerele una câte una, insistă să aibă aceeaşi culoare şi motive şi se trezeşte în fiecare zi la şase dimineaţa. Doarme aici în sufragerie şi sunt cam deranjat de sforăitul lui. Imediat după ce se trezeşte se întinde, vreo zece minute face nişte exerciţii fizice ciudate şi apoi se duce la bucătărie ca să-şi prepare micul dejun. Apoi îi trezeşte pe toţi ceilalţi, care oricum stau acasă ca să participe la renovare. Începe cu camera copilului, toată mobila şi toate fleacurile sunt aduse aici în mijlocul sufrageriei. Sunt mai mulţi saci plini cu jucării şi mă întreb

ce o face Viorela cu toate, nu am văzut-o să aducă prea multe jucării pe aici. Mai sunt şi aproape o duzină de icoane ortodoxe vechi şi un tablou cu crizanteme. Toate erau pe pereţii camerei copilului. Tabloul e o pictură naivă, aşa că e în totalitate mort. Icoanele sunt nişte creaţii mohorâte şi obtuze, tot ce pot face e să şoptească rugăciuni în continuu. Din câte am înţeles icoanele sunt moştenire de familie, stră-străbunicul lui Mihail fusese preot. Una din ele o arată pe mama Lui Hristos care are trei mâini. Mă trec fiorii când îmi dau seama că are trei mâini. În două zile se trece la dormitor, grămezile sunt înlocuite de nişte grămezi mai mari plus două tablouri. Unul prezintă un buchet uriaş aflat într-o oală cenuşie. Din buchet cade un trandafir pe un fond maro-negru. E o pictură gravă, rafinată şi totodată ghiduşă. Eu cred că este cam schizofrenică. Al doilea e un peisaj al unei livezi înflorite ce radiază speranţă şi reflecţie. E un fel de şaman care îmi vorbeşte în ghicitori. Încerc să mă împrietenesc cu el ca să aflu mai multe despre Mihail şi Viorica. Degeaba, tot ce îmi spune peisajul e „nasul tăiat, picioarele tăiate; strânsă într-o rochie festivă roşie; apoi apare eliberarea, apoi apare libertatea, e bine să oferi sacrificii în credinţa ta”. Nu înţeleg nimic e prea alambicat. Îmi îndrept atenţia către buchet. Acesta începe să îmi descrie în detaliu viaţa sexuală a lui Mihail şi a Vioricăi. Prezentarea explicită a unui subiect sexual e prea mult pentru un peisaj cu case aşa că îl rog să se oprească. Ceea ce din fericire face.

Walter trece la sufragerie şi eu sunt depozitat împreună cu celelalte tablouri în camera Viorelei. E un loc însorit, liniştit şi tare înghesuit. Există o canapea mare, o bibliotecă mare plină cu cărţi medicale, patul copilului, un birou mare cu o stivă enormă de cărţi pentru copii şi o ladă mare de lemn acoperită cu tot soiul de jucării, chiar sub fereastră. Deasupra patului atârnă trei icoane, strania Maică a Hristosului cu trei mâini e una dintre ele. Se pare că au renunţat să le mai agaţe pe toate. În spatele uşii e tabloul naiv. Între peretele cu fereastra şi bibliotecă e lăsat

un spaţiu de vreo treizeci de centimetri care este îndesat cu pungi de plastic care adăpostesc dumnezeu-ştie-ce. Walter doarme şi el o noapte pe canapea, iar eu am ocazia să văd ce insomniacă e Viorela. Ea continuă să vorbească cu Walter multă vreme după ce acesta a dormit, după care iese din pătuţ, îşi scoate oliţa de sub pat şi face pipi. După aceea se plimbă o vreme prin cameră şi bea nişte apă dintr-o cană pe Viorica a lăsat-o pe birou special pentru ea. Apoi se bagă iar în pat. Curând se dă iar jos din pat, mai face un pipi şi în cele din urmă adoarme. Se trezeşte înaintea lui Walter şi începe să îl deseneze pe mână cu o cariocă. El se amuză şi îi spune că dacă chiar vrea să deseneze ceva, poate să îl ajute pe el cu pereţii. Chiar cred că acest copil are nevoie să înceapă un sport sau orice altceva ce i-ar consuma într-o manieră mai bună energia excesivă pe care o are.

O doamne! Am scris zece ore în continuu şi nici măcar nu am ajuns să spun în ce circumstanţe am dobândit puterea de a-mi stăpâni proprietara. Am ruminat la povestea aceasta ani întregi, a deja acolo, înăuntrul meu, cuvânt cu cuvânt. Însă din păcate nu o pot termina acum. De obicei proprietara mea doarme cam şase ore în fiecare noapte. Ar fi trebuit să se trezească azi dimineaţă la şapte şi acum e aproape miezul zilei şi ea încă tastează în Word sub comanda mea. Desigur, pot să o ţin aici până termin. Dar, în primul rând cred că sunt câteva sute de pagini de scris şi asta s-ar putea să ia zile, poate chiar şi săptămâni. Corpul ei ar fi distrus. Şi în al doilea rând, deja i-am răpit cinci ore din existenţa ei.

Viorela! Îmi pare rău. Te rog nu te supăra şi te rog nu şterge aceste pagini. M-aş simţi binecuvântat dacă le-ai lăsa aşa şi mi-ai da voie să continui în fiecare noapte. Poate crezi că existenţa mea este anostă şi de aceea am pus stăpânire pe tine şi am scris asta. Eu doar am vrut ca tu şi alţi oameni să ştiţi câte lucruri poate experimenta un obiect pietrificat cum este un tablou. Când oamenii se gândesc că vieţile lor sunt plictisitoare şi neîndestulătoare, ar putea să-şi dubiteze sentimentele amare. Pur şi simplu

să se uite în jurul lor şi să se bucure de lume. Şi să-ţi aminteşti că te poţi mişca. Sau eşti în stare de pietrificare completă, aşa cum sunt eu?

Dragul meu tablou, sunt absolut fascinată de propria mea poveste. Te rog să continui să o scrii. Abia aştept să citesc mai departe. Îţi solicit respectuos să-ţi restrângi stăpânirea la maxim patru oare. Astăzi m-am simţit puţin obosită, de obicei simt aşa ceva doar atunci când sunt bolnavă. Spor la scris!

Draga mea Viorela, sunt atât de fericit. Dacă aş fi putut, aş fi sărit din rama mea şi m-aş fi tăvălit pe covor, aşa cum făceai tu când erai mică. După ce-mi citeşti munca nocturnă, simte-te liberă să mă întrebi sau să-mi sugerezi orice. Dar acum mă voi întoarce la treabă.

…

În câteva luni Viorela se duce iar la grădiniţă. Cu toate că se pare că este o grădiniţă în limba germană, nu am auzit copilul vorbind în germană. Abia dacă recită „Ein, zwei Polizei, drei, vier Ofizier, fünf, sechs, alte Hex, sieben, acht, gute Nacht, neun, zehn, schlafen gehen" şi „ringel, rangel Rosen, schöne Aprikosen, Veilchen und Vergiss-mannicht alle Katzen setzen sich", atunci când vrea să obţină ceva de la părinţii ei. Am auzit-o salutându-l pe Walter în germană. Când a fost întrebată de ce nu vorbeşte în germană a spus că mai întâi trebuie să îl înveţe pe Walter româna şi apoi va învăţa şi ea germana. A fost un răspuns bombă, toată lumea a râs, iar părinţii le-au tot povestit o vreme păţania musafirilor care mai veneau pe aici.

Într-o zi Viorela vine acasă cu educatoarea ei. Priscilla, o doamnă severă, are propria ei mică afacere, şi-a transformat sufrageria într-un spaţiu de îngrijit copii. Aproximativ doisprezece copii învaţă şi se joacă acolo. Îi mai duce şi afară, în parcul de lângă blocul ei. La prânz le încălzeşte mâncarea, care este adusă de părinţi dimineaţa, împreună cu copii. Fiecare părinte vine cu mâncarea pentru copilul său. După ce mănâncă îi pune să se

odihnească, apoi se trezesc, se mai joacă o vreme, până vin părinţii să îi ia. Priscilla e unicul angajat. Ştiu toate acestea pentru că Viorica a avut grijă să le enumere şi să le laude. Viorica încearcă să o convingă pe Priscilla să îşi continue treaba. Priscilla nu se lasă înduplecată, ea venise special să îi ceară sfatul Vioricăi într-o problemă medicală. Viorica se îngrijorează, nu ştie ce va face cu fetiţa, îi sugerează femeii chiar să angajeze pe cineva care să o ajute. Educatoarea îi spune că fata poate fi trimisă la o grădiniţă obişnuită, îi poate recomanda mai multe doamne care lucrează în diverse grădiniţe de stat. Mama nici nu vrea să audă, îi e frică de acele grădiniţe, crede că acolo progeniturile sunt prost hrănite şi educate. Plus că fiind colectivităţi mari, orice copil se îmbolnăveşte mai uşor. Viorica e de părere că fata ei e un copil sensibil şi fragil care are nevoie de program şi mâncare specială.

Viorica discută cu Mihail despre ce este de făcut cu fata lor. Tatăl spune că ar trebui trimisă la nişte cursuri de înot pentru că are o tendinţă către scolioză şi înotul întăreşte muşchii spatelui. Viorica nu este de acord pentru că îi este frică că fata va răci pentru că va ieşi udă afară. Mihail spune că orice sport ar fi bun, mama pomeneşte de balet şi dansuri şi în cele din urmă ajung la concluzia că nu are cine să ducă şi aducă copilul de la cursuri. Ei lucrează de dimineaţa până după-amiaza târziu şi Suzana e prea bătrână ca să mai meargă pe distanţe lungi cu Viorela, care e un copil tare greu de gestionat. Se smuceşte de lângă oricine, aleargă, ţipă, caută prin gunoaie şi înşfacă orice pisică sau câine care îi iese în cale. Aşa că spre oroarea mea Viorela este iar îngrijită de Suzana. Ca de fiecare dată, la început se înţeleg foarte bine. Apoi începe iar debandada. Viorela e mult mai neastâmpărată ca înainte, cu toate că bunica o scoate afară timp de mai multe ore în fiecare zi. În timp ce bunica ei deretică prin casă, copila se duce în bucătărie şi lasă apa să curgă după ce acoperă scurgerea cu un burete. Bunica este îngrozită de şuvoiul de apă care uneori ajunge chiar până în hol şi se blesteamă pe ea însăşi că a fost uitucă cu apa şi buretele.

Trăsnaia se întâmplă de câteva ori, până când Suzana realizează că nepoata ei este cea care pune buretele în scurgere şi dă drumul la apă. Toată familia o muştruluieşte pe Viorela pentru fapta ei şi ea promite că nu o să mai facă. Dar îşi începe activitatea piromană. Mai întâi pune mici hârtii şi şerveţele pe aragazul aprins, iar apoi după ce Suzana dojeneşte mirosul atroce, fură chibriturile şi aprinde mici flăcări prin toată casa. Mi-e frică că apartamentul va lua foc şi îmi va arde hârtia. Suzana reuşeşte să o convingă se renunţe la acest obicei îngrozitor. Pentru că îi dă voie să gătească pentru jucăriile ei. Viorela are deci o nouă îndeletnicire. Vine acasă cu propriile ei cumpărături – frunze, flori, iarbă, seminţe ciudate pe care le adună de prin parc. Mai întâi vine cu ele în sufragerie, să le prezinte jucăriilor cum arată viitoarea lor masă înainte de a fi gătită. Apoi se duce la bucătărie, le spală şi le pune la fiert într-o crăticioară. Sub supravegherea atentă a bunicii. După care vine în sufragerie cu mâncarea pentru jucării, le povesteşte cum a gătit şi se face că le dă în gură. De fiecare dată prepară ceva diferit şi inventează nume pentru fiecare creaţie. Din păcate minunea nu durează mult, această activitate amuzantă este dată uitării. Viorela nu mai vine acasă cu diverse „cumpărături” dar începe să se costumeze şi să joace diverse roluri pentru bunica ei. Toate rudele sunt imitate şi ironizate. De asemenea şi câţiva vecini, prieteni de familie sau pacienţi ai lui Mihail. Viorica e tare deranjată că fiica ei îi scormoneşte dulapul, i-a rupt un şirag de mărgele şi i-a şolcăiat o pereche de pantofi cu toc.

Probabil că pentru a-i mai calma energia nestăvilită, Viorica e în sfârşit de acord ca fata ei să iasă afară de una singură. Mihail i-a spus de mai multe ori că nu are ce să se întâmple rău, parcul în care se joacă e chiar sub fereastra dormitorului lor şi poate s-o strige pe Viorela ori de câte ori vrea, aşa cum fac şi celelalte mame cu ai lor copii. Fetiţa este încântată, vine iar acasă cu felurite „cumpărături”, însă nu le mai găteşte, spune că are nevoie de provizii pentru iarnă. Aşa că balconul de aici de la

sufragerie este ticsit cu tot felul de ierburi puse la uscat pe ziare. Într-o zi aduce acasă un pui de pisică pe care l-a găsit pe stradă. Vrea să-l păstreze, însă Viorica este îngrozită de toate bolile pe care le poartă o pisică vagabondă. Mihail spune că animalul poate fi dus la doctor şi vaccinat, însă ea nici nu vrea să audă şi duce pisica afară cu mâna ei. În altă zi Viorela vine acasă cu o fată pe care a cunoscut-o în parc. O cheamă Mihaela şi pare a fi mai mare. O simpatizează pe cea mică şi încearcă să o înveţe un joc ce este foarte popular printre copiii din cartier. Viorica nu pare deloc încântată de prezenţa ei, face grimase când o întreabă dacă vrea să o servească cu ceva. Bănuiesc că fata îşi dă seama că nu este dorită de mamă, mulţumeşte şi pleacă. Imediat după plecarea ei mama începe să-i reproşeze destul de violent fiicei ei că a avut tupeul să aducă oameni necunoscuţi în casă. Mihail încearcă să o calmeze, dar e în zadar, Viorela este pedepsită, timp de o săptămână nu are voie deloc afară.

Suzana află cu nora unei prietene de-a ei taman ce a deschis o grădiniţă similară cu a Priscilei, doar că în engleză. Aşa că Viorela începe să fie dusă acolo în fiecare dimineaţă. În câteva luni am ocazia să-i văd şi educatoarea. Într-o duminică apare o femeie înaltă şi blondă împreună cu doi băieţi. Amândoi au cam vârsta Viorelei. Toată lumea îi spune Missis, inclusiv copii ei. E o femeie dinamică şi hotărâtă, nu pare severă dar e cam autoritară. Îi place să vorbească despre copiii pe care îi are în grijă, pot spune că şi-i reprezintă ca şi cum ar fi ai ei. Sau poate că exagerează un pic pentru că vrea să le facă pe plac părinţilor Viorelei. Vorbeşte şi despre comportamentul copilei. Viorela preferă să nu se implice în activităţile de grup, stă şi îi observă cu mare atenţie pe cei care participă. Pentru ca apoi, după ce toată lumea a terminat activitatea, să înceapă să le scoată în evidenţă greşelile şi scăpările. Missis spune că atunci când face asta Viorelei i se poate citi mulţumirea în ochi. De asemenea îi place să işte ceartă, mai ales cu băieţii, pe care îi necăjeşte ori de câte ori are impresia că Missis nu o vede. Poate că

de aceea cei doi băieţi o ignoră pe Viorela în majoritatea timpului în care sunt aici.

Când vine vara, Viorela este trimisă pentru a patra oară la familia de saşi. Părinţii nu se mai duc s-o ia de acolo, mă trezesc că apare împreună cu toată familia Mattes. Stau aici câteva zile, au nevoie să se ocupe de actele necesare plecării lor în Germania. Hilde, soţia lui Walter, şi copii, Marlene şi Bruno, sunt drăguţi, ordonaţi şi o o frumoasă legătură de familie. Nu înţeleg ce îşi vorbesc, dar tonul vocii lor pare cald şi calm, deşi limba lor pare destul de aspră. Când Viorela le face diverse năzbâtii, ei au răbdare să îi explice cu blândeţe că face ceva greşit, drept urmare cât timp stau aici copilul nu ţipă atât de mult ca de obicei. Cunosc majoritatea familiei pe al cărei perete atârn şi deşi se înţeleg destul de bine au obiceiul de a ridica vocea şi a-şi mai reproşa lucruri. De asemenea când povestesc, glumesc şi se distrează, tonul vocilor lor este mai ridicat în comparaţie cu cel al acestei familii. Poate că este o diferenţă culturală cu privire la manierele sociale. Dacă ar fi să îi compar pe Mihail şi Viorica cu Walter şi Hilde, aş spune că saşii sunt mai afectuoşi. I-am văzut pupându-se şi îmbrăţişându-se de câteva ori, în timp ce Viorica şi Mihail nu fac asta, cel puţin de când s-a născut Viorela.

Marlene face din lână o bufniţă pentru fetiţă. Mai întâi prinde strâns mai multe fire în două legături, una pentru cap şi cealaltă pentru corp. Apoi le taie cu foarfeca, dându-le o formă rotundă, până când arată ca două pampoane. După care le coase, prinde şi o agăţătoare, lipeşte ochii, nasul şi gura făcute din mici bucăţi de piele. Viorela este fascinată de această bufniţă de lână şi îl întreabă pe Bruno ce o să meşterească pentru ea. Bruno se amuză de această cerere şi începe s-o înghiontească pe fetiţă. Ea îl înghionteşte înapoi, el începe să o gâdile şi ea începe să urle. Din fericire se calmează mai repede decât m-aş fi aşteptat. Dar în timp ce Bruno nu este prin preajmă îi caută prin lucruri şi pune câteva din casetele lui în geanta lui Walter. Bruno îţi caută disperat casetele, o

învinuieşte pe Viorela pentru lipsa lor şi părinţii săi îi spun să se calmeze pentru că este posibil ca să le fi lăsat acasă. Nu-i trece prin minte să caute în geanta lui Walter. Bruno rămâne supărat pe Viorela până la plecare. Walter şi Hilde o iau pe Viorela între ei înainte de a pleca şi îi spun că trebuie să fie un copil bun şi disciplinat, să fie atentă şi sârguincioasă la şcoala pe care o va începe curând. Şi să îi respecte pe cei din jurul ei. Îi urează să aibă noroc în viaţă, să ajungă o femeie responsabilă şi bună şi să aibă o familie unită şi copii frumoşi atunci când va creşte mare. După ce îi ascultă cu atenţie Viorela are un moment de tăcere după care îi întreabă când vine să-i viziteze în Germania.

Viorela abia aşteaptă să-şi poarte ghiozdanul care i-a fost dăruit de unul dintre prietenii lui Mihail. E cu verde şi roz fosforescent. După prima ei zi de şcoală îi spune Suzanei că nu-i plac toţi copii, care sunt derbedei săraci şi urâţi, băncile şcolii care sunt mâzgălite şi murdare, sau că trebuie să stea nemişcată timp de o oră. Bunica îi explică cât de important este să aibă o educaţie şi să se integreze într-un grup. Viorica o ajută pe fata ei cu temele, dar nu prea mult, pentru că are la rândul ei de studiat. Şi-a început doctoratul şi masa din sufragerie este umplută cu mormane de cărţi şi hârtii. În majoritatea timpului Viorica e absorbită de studiile ei şi casa arată mai dezordonată ca niciodată, însă de data aceasta Suzana nu îi reproşează nimic, pare că îşi doreşte să aibă o fiică ce are doctoratul în ştiinţe medicale. Nu pot spune acelaşi lucru şi despre Mihail.

Asta-i tot ce avem la cină?

Pare de-a dreptul dezamăgit şi se uită rugător la soţia care răsfoieşte un manual de neurologie.

Ştiu că eşti un bucătar talentat aşa că sunt sigură că poţi încropi ceva din ce este în frigider.

Toată ziua te îngropi în hârtiile astea!

Asta e treaba mea acum şi chiar îmi place.

Viorica îşi ridică privirea din carte şi se uită drept în ochii lui Mihail. Mihail se uită dezgustat la ea. Apare fata

şi le cere ajutorul la teme.

Eşti atât de drăguţ să o ajuţi tu un pic?

De ce nu te duci tu să o ajuţi?

După cum vezi am ceva de făcut…

Nu înţeleg la ce îţi foloseşte activitatea asta de academician.

Ce este un academician?

Copilul degeaba întreabă căci nu i se răspunde.

E o muncă interesantă care pare să mă împlinească.

Te împlineşte că locul ăsta arată cum arată?

Nu te-ai plâns până acum de dezordine. Ce-i cu tine?

Nimic. Doar mă întreb dacă tu chiar ai nevoie de doctorat. Ai o familie şi o slujbă, nu îţi este de ajuns?

Oamenii trăiesc şi învaţă. Poţi să-ţi începi şi tu doctoratul, şeful ţi-a zis că ţi-ar prinde bine. Dar cred că eşti prea leneş.

Viorica pare dezamăgită. Copilul iese din cameră fără să mai spună un cuvânt.

Nu-i de ajuns că o neglijezi pe Viorela?

Se descurcă, are propria-i preocupare acum, a început şcoala.

Dacă îmi încep şi eu doctoratul cine o să o ajute la teme.

Nu o ajuţi nici măcar acum. Putem angaja pe cineva care să o ajute.

Nu ştiu dacă Mihail s-a dus la temele Viorelei sau să îşi gătească pentru că a închis uşa în urma lui şi nu am auzit nimic. Tensiunea e în aer. Pentru o vreme Mihail pare împăcat, o scoate des afară pe fata lui. Dar îi tot reproşează Vioricăi că studiază prea mult. Viorela devine din ce în ce mai tăcută, pare că nu îi place deloc şcoala. Adesea o văd într-o stare de apatie, se bâţâie ore întregi în timp ce se uită în gol. Din când în când mai spune câte ceva, ca şi cum ar fi cineva lângă ea. În general sunt expresii scurte precum „da”, „trebuie să mă asculţi”, „trebuie să faci aşa cum îţi spun”. Presupun că îşi

construieşte diverse scenarii în minte şi din când în când mai ies afară fragmente din dialogurile ce se poartă în capul ei. I se face o poză în clasă şi Viorica o lasă pe masă printre cărţile şi hârtiile ei. Sunt înfiorat de aspectul amorţit pe care Viorela îl are în poză. Stă cocoşată în bancă, mâinile îi sunt tolănite pe o carte, în mâna dreaptă ţine în dorul lelii un creion, gâtul îi este aproape îngropat între umeri, ochii îi sunt întredeschişi, colţurile gurii îi sunt lăsate în jos şi are părul puţin ciufulit.

Mihail continuă să-i reproşeze Vioricăi că s-a apucat de doctorat aproape în fiecare zi. În cele din urmă renunţă la studii. Acum nu ştiu dacă doar cicăleala soţului să fi fost motivul. Femeii pare să îi placă la nebunie să vorbească despre pacienţii ei, însă nu am auzit-o niciodată pomenind despre studii sau comunicări ştiinţifice. Bănuiesc că nici ei nu îi este taman la îndemână să întreprindă un demers ştiinţific şi nemulţumirea soţului a fost un pretext tocmai bun pentru a renunţa la truda academică. Mihail se înscrie într-un partid şi petrece mai puţin timp acasă dar în fiecare weekend pleacă la plimbare o zi întreagă cu fiica lui. Suzana e mai calmă ca niciodată dar a început să vorbească despre iminenta ei moarte. O roagă pe Viorica să aducă un avocat pentru a legaliza testamentul pe care l-a scris. Viorica e deranjată şi îi spune să îşi bage minţile în cap pentru că este cât se poate de sănătoasă pentru vârsta ei de 76 de ani. Bătrâna nu se lasă, cred că vrea atenţie. Începe să o mustre pe fiica ei că nu îi dă suficientă atenţie Viorelei. Din câte am înţeles copilul nu este atent la clasă, e neglijent cu temele şi învăţătoarea spune că este inteligentă dar încăpăţânată. Încăpăţânată pentru că persistă în a visa cu ochii deschişi la ore şi refuză să fie atentă, să îţi dea strădania, să fie mai ambiţioasă în a scrie mai frumos şi mai citeţ.

Viorica o angajează pe Hilde, o profesoară de germană blondă, voinică şi cu ochi albaştri. Vine aici de două ori pe săptămână şi încearcă să o înveţe pe Viorela germana jucându-se cu ea, spunând ghicitori şi cântând diverse cântecele. Hilde taie mai multe figurine în hârtie,

scrie în germană ce reprezintă pe fiecare. Apoi i le dă Viorelei să le coloreze. La început este încântată, dar se plictiseşte curând. Când vine vorba să scrie, copila se foieşte în scaun, scrie cuvintele greşit şi îşi pătează caietul cu cerneală. Cel mai mult îi place să se învârtească în mijlocul camerei şi să spună ghicitori. Rar îşi face temele pe care i le dă Hilde, însă învaţă o grămadă de cuvinte. Mai mereu foloseşte articolele greşite, cu toate că profesoara o corectează de fiecare dată. Ştie că le spune cum nu trebuie şi râde. Pare să facă în ciudă. Obiceiul acesta al ei de a face în ciudă pare încă să o amuze cel mai mult, înţelege ceva şi face exact opusul cu toate că ştie exact ce e potrivit.

Vine vacanţa de vară şi Viorela continuă, spre oroarea ei, să facă lecţii de germană. Poate că părinţii ei încearcă cumva să compenseze faptul că nu se mai duce la ţară. I-au cumpărat o bicicletă, se duce în fiecare zi cu ea prin cartier şi refuză să renunţe la rotiţele ajutătoare. Într-o seară Mihail îi ţine un discurs despre cât de bine e să mergi pe două roţi, că poţi prinde o viteză mai mare şi poţi face mai multe manevre cu bicicleta. Îi spune că îi trebuie doar un pic de curaj, chiar dacă la început o să-şi mai piardă echilibrul şi ar mai cădea. Dar nu-i mare lucru să cazi, toată lumea cade când învaţă să meargă pe bicicletă. Să ai roţi ajutătoare e o dovadă de pămpăleală, lipsă de îndemânare şi stângăcie şi în curând toţi copii din cartier vor ajunge să râdă de ea pentru că nu ştie să meargă cum trebuie pe bicicletă. Viorica intervine şi îi spune fetei să păstreze rotiţele atâta vreme cât simte ea că are nevoie, nu e bine să îşi piardă echilibrul pentru că s-ar putea să cadă şi să se rănească. Tatăl începe să râdă şi îi spune mamei că nu ştie despre ce e vorba din moment ce ea nu ştie să meargă pe bicicletă, degeaba a încercat el să o înveţe pentru că i-a fost prea frică să se lase pur şi simplu în voie şi să dea la pedale. Viorica îi spune fetii să aibă grijă de ea şi să nu îşi pună în pericol sănătatea. Mihail o învinuieşte că e hiperprotectivă, o răzgâie şi o cocoleşte pe Viorela. Mama îi spune să înceteze să se comporte ca şi

cum Viorela ar fi băiat. Mihail începe să o ironizeze pe Viorica, râde de fricile ei, lipsa talentului ei la sport şi o întreabă pe micuţă dacă vrea să ajungă ca mama ei, o mototoală. Copila e de acord că mama ei este într-adevăr cam mocăită şi împiedicată şi o întreabă dacă nu vrea să înveţe să meargă pe bicicletă odată cu ea.

Ceea ce nu se întâmplă, Viorela foloseşte în continuare roţile ajutătoare, până când bicicleta este dată uitării. Toată familia se duce la mare pentru o lună, Nelu este acum şeful unui restaurant iar soţia sa este directoarea uni hotel de pe litoral. Suzana merge şi ea cu ei. La puţină vreme după ce ajunge aici cu tot cu bagaj, ea se ceartă cu Mihail. Se pregătesc să iasă din casă şi Suzana înhaţă micul băgăjel al copilului, spunându-i că un copil nu ar trebui să care o asemenea greutate. Mihail nu este de acord, îi spune bunicii să înceteze să se mai poarte ca şi cum Viorela e făcută din sticlă, căci e un copil sănătos şi trebuie să îşi ducă bagajul. Suzana ia foc şi îi spune că îşi învaţă fata să se comporte ca un mojic, nu e potrivit ca o doamnă să îşi care propria valiză, altcineva trebuie să i-o ducă. Viorela trebuie să devină o tânără doamnă educată şi nu un hamal. Mihail se uită scârbit la ea şi îi spune să-i dea drumul bagajului copilului şi să iasă pentru că deja sunt în întârziere. Viorica le spune să înceteze să se mai certe în faţa copilului, dar Suzana urlă că Mihail este un huligan şi nu are voie să îi vorbească aşa unei doamne respectabile şi bătrâne cum este ea. La schimb el îi zice că e o femeie nebună fără simţul realităţii.

La sfârşitul verii bunica şi nepoata încep să se certe intens, unul din subiectele lor favorite fiind proastele maniere. Suzana scoate în evidenţă comportamentele greşite ale fetii şi îi critică dur părinţii. Spune că Viorica este prea docilă şi proastă pentru că îi permite soţului ei să fie dezordonat, iar Mihail este un tiran lipsit de maniere. Viorela le ia apărarea, crede că mama ei este afectuoasă, iar tatăl vioi şi vesel. Îi spune bunicii că este o doamnă bătrână şi rea care nu poate să o iubească şi îngrijească normal şi poate că este geloasă, de aia îi critică

pe toţi în majoritatea timpului. A şi încuiat-o iar pe balcon pe bătrână, după ce aceasta s-a tot plâns de casa murdară şi părinţii dezordonaţi şi a spus că îşi doreşte doar să moară căci nu mai poate suporta o astfel de viaţă. Cu toate că se înjură şi blesteamă frecvent, mai pun în discuţie şi subiecte interesante. Vorbesc mult despre respect, responsabilitate, demnitate şi iubire. Din când în când Suzana îi scrie mici scrisori nepoatei ei, în care subliniază dragostea care e între ele două. Viorela citeşte cu voce tare mai multe dintre aceste epistole şi pare că sunt scrise pe acelaşi tipar – bunica te iubeşte, îţi doreşte tot binele din lume şi vrea să ai discernământul ca să faci ce e cuvenit.

Mihail şi Viorica au desemnat-o pe Hilde ca să aibă grijă de fata lor în timpul săptămânii. După şcoală Viorela se duce acasă la Hilde unde mănâncă, îşi face temele, ia lecţii de germană şi îşi petrece noaptea atunci când Viorica este de gardă. În timpul anului şcolar fata e mai mult plecată de acasă. Se duce la şcoală la şapte dimineaţa şi este adusă de la Hilde pe la şapte opt seara. Doarme acolo cel puţin o seară pe săptămână. Când e acasă pot observa că atitudinea ei se îmbunătăţeşte. Mă bucur că vânzoleala ei nu mai este aşa pregnantă, e mai empatică cu cei din jurul ei, e mai atentă la tot ce este în jur şi nu se mai pierde în stările acelea apatice. Părinţii ei sunt conştienţi de acest lucru şi se pare că au în sfârşit curajul să vorbească despre atitudinile ciudate ale fiicei lor.

Mihail, eu nu mai pot aşa, eşti plecat mai mereu deşi ai o familie şi un copil. În primul rând eşti medic pediatru şi evident eşti bun la asta, şi apoi eşti soţ şi tată. Politica şi organizaţiile n-o să te ducă niciunde, e evident că te implici în chestiunile astea doar ca să-ţi răsfeţi orgoliul. Tot ce spui e că uite ai fost la întâlnirea asta şi te-ai întâlnit cu oficialul ăsta sau ălălalt, nu te-am auzind vorbind nimic despre un plan sau despre vreo strategie. Îţi iroseşti timpul şi energia pe nişte lucruri care sunt peste capacităţile tale.

Ce ştii tu despre asta? Te-am invitat să participi la

întâlnirile noastre şi nu ai făcut decât să caşti mai tot timpul.

Sigur că îmi rupeam fălcile, bolboroseaţi numai prostii acolo, era mai mult decât evident că aveaţi nişte perspective ridicole fără viitor.

Poate că erau peste capacitatea ta de înţelegere…

Poate… dar cu siguranţă înţeleg că Viorela are nevoie de un tată lângă ea.

E bine acum, Hilde o educă cum trebuie, e mai normală. Poate că e mai bine aşa, îmi reproşai mereu că nu sunt în stare să am grijă de ea, că o aduc de afară cu hainele murdare, că are zgârieturi pe genunchi, că poate ia vreo boală de pe unde o duc eu. Un copil are nevoie să fugă şi să se agite. Tu o antrenezi mereu să fie o mototoală care doar stă şi observă, căci altcumva s-ar putea răni. Ţi-e confortabil să o amorţeşti cu fricile şi grijile tale.

Tu o amorţeşti cu lipsa de atenţie. Ai observat vreodată că stă şi se uită în gol cu orele?

Tu ai observat? Şi ce ai făcut pentru ea? Ai constrâns-o şi mai mult cu fricile tale? Aşa îţi arăţi tu iubirea faţă de ea?

Tu îţi arăţi iubirea fiind absent.

Am insistat să îi luăm o bicicletă în speranţa că va reuşi în sfârşit să se împrietenească şi cu alţi copii, că va începe să umble cu copii de vârsta ei. Dar tu ai încurajat-o să nu renunţe la tâmpeniile alea de roţi ajutătoare şi până la urmă s-a plictisit. Şi în majoritatea timpului e cu Suzana, o femeie bătrână şi dezaxată care se comportă cu fata de parcă ar fi o prinţesă şi îi spune lucruri neadevărate despre noi. Aaa, şi te-ai apucat de doctorat exact atunci când Viorela a început şcoala şi acum te miri că nu se poate concentra să-şi facă temele. Nu ai avut timp să o ajuţi. Şi acum te plângi de mine? Creşti copilul ăsta de parcă ar fi handicapat! Viorela este cât se poate de sănătoasă.

Ooo domul pediatru îmi dă nişte prescripţii nepreţuite acum. E fiica ta, ştii? Nu e suficient să tot spui

ce e de făcut cu ea, mai trebuie şi să pui în practică. Dar poate că acest lucru este dincolo de competenţa ta.

De fiecare dată când îi spun să fie mai sportivă, tu sau maică-ta îi spuneţi contrariul. Plus că amândouă o învăţaţi să fie un copil iresponsabil. Bătrâna îi interzice să facă orice în gospodărie şi îi împuie capul cu ce doamnă respectată va ajunge ea. Cum? Stând degeaba cât e ziua de lungă şi aşteptând ca alţii să facă lucruri pentru ea. Iar tu?! Fata are opt ani şi tu încă o legi la şireturi, deşi ţi-am interzis să o mai faci, tu tot o faci. Nu ştiu cum să mai fac faţă la asta.

Poate că o fac ca să mângâi copilul, eşti prea brutal atunci când îi spui să se lege la şireturi... Totuşi sunt convinsă că ai găsi o metodă prin care s-o convingi, dacă ai sta mai mult acasă.

Poate că mă tot duc la întâlniri ca să fac faţă tuturor grijilor tale, acolo nu mă cicăleşte nimeni.

Poate că poţi să mă ajuţi să scap de anxietate. Dar ar trebui să mai fi şi acasă pentru asta. Şi tu preferi să te duci acolo, să-ţi gâdili orgoliul, vrei doar atenţie, eşti ca un copil. Îmi spui că fiica ta trebuie să fie mai responsabilă însă tu refuzi să îţi asumi responsabilităţile de tată. Aş putea presupune chiar că ai o amantă nouă şi de aceea eşti atât de mult plecat de acasă.

Ooo, te rog nu începe iar cu gelozia…

Ştiam eu, asta e! Cum poţi încă să îmi faci una ca asta? Mi-a ajuns!

Şi încep să se înjure ca nişte ţărănoi. Timpul trece, ei continuă să se certe aproape în fiecare săptămână. Mihail începe să fumeze aici, în sufragerie. Pot să simt cum geamul şi rama mea sunt acoperite de o mâzgă scârboasă şi galbenă. E un fumător înrăit şi până acum s-a stăpânit, a fumat doar în bucătărie şi pe balcon. Când Viorica a rămas însărcinată el a promis că nu va fuma peste copil, ceea ce a şi făcut, până acum. Pentru o vreme fumează în sufragerie doar atunci când fetiţa nu este acasă, însă ajunge să fumeze şi când ea vine aici în sufragerie. Îi

spune Vioricăi că fata este destul de mare încât să suporte fumul de ţigară. Când Suzana îl vede prima oară că fumează în sufragerie, se înfurie îngrozitor şi îi spune că este cea mai neruşinată creatură de pe pământ, că nu îi respectă deloc fiica, intoxică copilul şi distruge casa pe care ea le-a lăsat-o. Mihail e relativ calm, îi scoate în evidenţă că mare parte din ratele casei au fost plătite de el şi Viorica şi îi spune să se ducă acasă la ea. Ceea ce ea face trântind cu putere uşa după ea.

Pe lângă afumarea mea zilnică mai apare un lucru deranjant. Mihail începe să adoarmă aici, pe canapea, în timp ce se uită la televizor. Doarme vreo trei-patru ore, se trezeşte, mai fumează două sau trei ţigări şi în cele din urmă se duce în dormitor. Sforăie destul de tare şi somnul meu este deranjat, la fel ca şi pacea mea de după-amiază. Pentru că a început să-şi facă somnul de frumuseţe tot aici pe canapea.

Pe la mijlocul primăverii Viorica devine foarte depresivă, arată obosită chiar dacă doarme în majoritatea timpului când e acasă şi neglijează tot în jurul ei. Într-o sâmbătă după-amiază, în timp ce Mihail nu este acasă, Viorica intră în sufragerie. E în cămaşa de noapte şi are părul răvăşit. Pare că încearcă să facă ordine prin cameră, însă tot ceea ce reuşeşte să facă este să mute nişte troace de pe masa mare pe măsuţa de cafea, pentru ca apoi să le pună înapoi. Mă întristez la vederea unui asemenea spectacol al deznădejdii. Intră fata, se uită la mama ei pentru o vreme, după care începe să îi reproşeze exact cum face bunica. Îi spune că nu este în stare să ţină o casă curată şi ordonată. Viorica izbucneşte în lacrimi şi începe să suspine că nu este în stare de nimic şi îi pare rău pentru asta. Copilul se uită îngrijorat la ea, o întreabă de ce este aşa, după care iese din cameră.

Viorela, acum trebuie să opresc povestea pentru că deja am depăşit limita de patru oare. Sper că nu te vei simţi tulburată, acum că ai aflat şi mai multe despre certurile părinţilor tăi şi propriile tale stări de apatie. Te rog să nu ştergi ceea ce am scris, poţi să vezi în aceste

rânduri o oportunitate de a deveni mai conştientă de tine. Tu, Viorica, Mihail, Suzana, chiar şi eu tabloul, toţi am vrut atenţie şi uneori nu am ştiut cum să exprimăm asta. Poate că de aceea ne-am purtat uneori cum nu se cuvine. Eu de exemplu mă simt puţi prost acum… Mă simt vinovat că am profitat de atenţia ta… Aş fi vrut măcar să fi avut timpul să scriu despre cum am dobândit această putere de a scrie cu ajutorul corpului tău…

Poate ai putea să faci nişte exerciţii de scris la calculator / bătut la maşină. Oricât de mult mă concentrez, mâinile tale se mişcă cam încet, presupun că nu scrii folosind o tastatură cât e ziua de lungă. Oricum, îţi urez o zi bună şi abia aştept să citeşti toată povestea.

Tu, tabloul tulburat, nu te mai îngrijora atât! *Ştiam despre certurile lor. Îmi amintesc că părinţii mei aveau o discuţie cu unchiul şi mătuşa mea pe când eram la mare. Mi-au cerut să ies din cameră, ceea ce am făcut. Însă m-am furişat pe balcon şi am auzit tot ce vorbeau. Unchiul şi mătuşa le spuneau părinţilor mei despre stările mele da apatie şi uitat în gol şi au început să se certe, cam în aceeaşi manieră pe care ai descris-o tu. Mărturisesc că am continuat să visez cu ochii deschişi şi să-mi construiesc scenarii în minte, numai că făceam asta doar atunci când eram singură în camera mea. Timp de un an am încercat să scap de acest obicei care îmi oferă satisfacţii virtuale, dar mă face să fiu refractară în a face prea multe în viaţa reală, pentru că deja mi-am consumat în mintea mea situaţia pe care mi-o doream. Dar nu vreau să-ţi spun mai multe despre cum sunt acum. Nu vreau ca opinia mea subiectivă să interfereze cu flow-ul tău. Sunt tare curioasă să citesc despre mine din punctul tău de vedere, nu din al meu. Dacă vrei, la un moment dat aş putea chiar să vorbesc cu tine, pe bune. Dar deocamdată mă simt puţin ciudat să vorbesc de una singură în faţa unui tablou. Mă simt cam aiurea şi acum că îţi scriu un răspuns la ceea ce ai scris. Toată treaba pare ireală, poate că o iau razna.*

Oricum, nu-mi plac aceste gânduri, aşa că… Ai fi amabil să îmi spui cum te cheamă? Ce eşti, femeie sau

bărbat? *Cred că o să-ţi spun Gigi, care poate fi folosit şi în cazul doamnelor şi în cazul domnilor*.

Gigi, îţi urez noroc cu scrierea rapidă, după ce voi închide acest document Word voi face exerciţii timp de o oră cu ajutorul acelor programe de scriere rapidă. Sper ca mâine să aflu cum ai reuşit tu să pui stăpânire pe mine. Dacă mâinile *mele se mişcă încet, tu să continui să scrii până apuci să pui în cuvânt situaţia care te-a determinat să poţi face asta. Mâine e duminică şi cred că îmi permit să pierd mai toată ziua, mai cu seamă că prognoza meteo se anunţă nefavorabilă. Pun eu rândul de puncte pentru tine, astfel încât pur şi simplu să continui de unde ai rămas*.

…

Capitolul XVI. Revin la umplerea poloboculuі.

Îmi luase fix trei zile să nasc naraţiunea. Avusesem un flow fantastic în a scrie povestea vieţii mele prin ochii tabloului. Îmi spuneam că găsisem metoda creativă prin care îmi rezolv conflictele, reprezentările rele ale copilăriei şi dobândesc încrederea în mine.

Construisem personajul imaginar al tabloului, un fel de alter-ego al meu înţelept, blând şi empatic. Băgasem în el prescripţiile terapeutice care mă revoltau şi dezgustau uneori. Le curăţasem de palidul jargon psihologic şi le dădusem o formă obişnuită şi zdravănă.

Eram de-a dreptul extaziată. Abia aşteptam să o configurez până la un final fericit şi pilduitor.

Care să mă izbăvească de povara terapiei şi a îndoielii de sine. Când o voi fi terminat să fi simţit o împăcare cu mine şi o detaşare de dinamica terapeutică.

Dar nu a fost să fie.

Am vorbit la terapie despre noua mea scriere, am şi citit câteva pasaje. Mă aşteptam să mi se confirme că demersul meu de a scrie Tabloul avea un sens bun. Mă gândeam că poate chiar fac un soi de psihologie de profunzime în scrierea mea.

Din păcate nu am avut inspiraţia să caut pe internet ce presupune acest tip de psihologie. Am luat-o ca atare,

bănuind că e ceva prin care îmi capăt încrederea în mine mai rapid. Pur şi simplu mi-am proiectat aşteptările pe care le aveam de la terapie în acea psihologie de profunzime.

Psihologia profunzimii se referă la abordarea psihanalitică ce explorează motivaţiile inconştiente din spatele proceselor cognitive şi comportamentale38.

Agentul îmi spusese că psihologia profunzimii implică cum comportamentele sunt doar un vârf al aisbergului şi se poate ajunge la o profunzime a analizei şi înţelegerii. Dar eu am uitat în goana mea după a obţine confirmări şi a încheia cu terapia. Ba, mai mult am asociat-o cu o modalitate rapidă de a obţine ce voiam.

Povestesc şi citesc cu vioşie ce scrisesem în Tabloul. Agentul mă ascultă şi oftează din când în când.

Ce părere aveţi? Nu-i aşa că mă voi face bine prin construirea acestei naraţiuni? Îmi dau prilej să-mi reajustez trăirile şi comportamentele.

În ce limbă scrii tu?

În engleză.

Nu e limba ta nativă, nu rezonează afectul tău cu ea, nu îţi prilejuieşte trăirea autentică şi vindecătoare.

Ba din contră, mă ajută să mă detaşez, să îmi prezint lucrurile mai obiectiv.

Te disociezi de tine şi de suferinţa copilăriei tale. Emoţiile tale au avut loc în română şi nu în engleză.

Nu emoţiile în sine contează, ci faptele care le-au provocat. Şi poţi reda fapte în orice limbă.

Nu faci decât să îţi duci mai departe toate dezadaptările, să le pui fundă roşie prin faptul că scrii în engleză.

Nu sunt de acord! M-am simţit tare bine să scriu, parcă mă eliberam cu fiecare pagină pe care o scriam.

Puneam lucrurile într-o lumină obiectivă.

Te disociezi scriind la persoana a treia.

Da, poate ca să fiu obiectivă.

Nu e sănătos, nu îţi aduce beneficiu.

M-a luat tensiunea ce mare, eram într-un impas teribil. Nu ştiam ce să fac. Tot avântul îmi fusese distrus, nu era bine ce făceam. Totuşi m-am luptat să conving agentul că e bine. Toată şedinţa a fost o discuţie în contradictoriu.

Am rămas cu o îndoială enormă şi o frică cât casa. Aveam percepţia că nimic din ceea ce făceam nu era bun pentru luminata domnie a agentului terapeutic.

Dar soarta mi-a spus că nu era vreme să mă tensionez cu nimicuri psihologice. S-a ivit o chestie concretă care m-a umplut la loc cu avânt.

Verişoara mea venise cu perspectiva vinderii apartamentului în care stătea mama. M-am activat instant. Am uitat de jalea terapiei.

Ce urma să fac eu, să mă mut cu mama? Să renunţ la chiria pe care o luam de la garsoniera în care stătuse bunica şi să se mute mama acolo? Nu îmi convenea niciuna dintre variante. Am avut discuţii peste discuţii cu mama, verişoara, prietenii şi alte rude despre ceea ce urma să se întâmple. Eu deja aveam o sumă strânsă şi era posibil ca din suma aceea plus ce îmi va fi revenit din vânzarea apartamentului să fi putut cumpăra o altă garsonieră. Am inspectat piaţa imobiliară, m-am cam tensionat. Însă mi-am spus să am răbdare, căci lucrurile se vor rezolva într-un fel sau altul. Îmi spuneam că trebuia am capul limpede ca să prind oportunitatea cea bună. Îmi era clar că nu era loc de tensiuni şi vini, ci doar de acţiuni bune. Urma să iau o casă. Probabil pe numele meu. Ar fi umplut nespus de bine al meu poloboc.

Ca să scap de scârbavnicele tensiuni am mai scris câteva poveşti scurte în engleză. Care nu aveau legătură cu ce se întâmpla, ca să mă mai pot detaşa.

38 http://www.la-psiholog.ro/info/psihologie-a-profunzimii (accesat la 8.07.2016)

Dar la şedinţa terapeutică din şase noiembrie 2013 am făcut vâltoare şi tămbălău. Şi m-am pricopsit cu

încrâncenarea buldozerească de a scrie această carte.

Mai întâi am povestit de chestiunea apartamentului. Agentul mă îndemna la stare de prezenţă şi înţelegere faţă de nevoile celorlalţi.

d) o să fac eu cumva ca să iasă bine, o să fiu deschisă. Nu asta mă roade oricum cel mai rău. Ci ce am discutat data trecută.

e) Îmi menţin punctul de vedere că ar fi bine să scrii în română şi la persoana întâi.

f) Da şi ce credeţi că aşa nu se rezolvă şi nu voi avea beneficiu din scriere?

g) Duci mai departe conflictele.

h) Nu! Doar mă lupt cu reprezentările lor proaste. Vreau să le transform.

Lupta poate fi recadrată. De la nu-ul reactiv se ajunge la rebelul adaptat, la a-mi acorda valoare în sine.

Păi cum?! Aşa nu îmi acord? E muncă, e creativitate, e obiectivitate…

Nu îţi asumi, nu e la persoana întâi.

E mai bine aşa cu persoana a treia, sună a ce trebuie.

Oftează. Îi privesc figura drept în ochi, fix. Poate înţelege şi susţine varianta mea. Se uită la mine cu blândeţe. Zâmbesc. Mi se adresează împăciuitor.

Vio… *De la nu-ul reactiv se ajunge la creşterea personalităţii, la auto-observare, la preschimbarea comportamentelor*.

Da, da. O să îmi spuneţi şi că lipsa de atenţie poate fi transformată în auto-observare. Dar uitaţi ce autoobservare şi atenţie am făcut eu de am scris asta în trei zile. Corect?

Nu îţi asumi demersul. Nu faci o intervenţie în a integra delimitarea şi alegerea, căci e la persoana a treia.

O dădea pe chestiuni grele. Îmi venea să-i frig o palmă. Aveam senzaţia că mă manipula. Dar dacă avea dreptate? Ce interes ar fi avut să îmi pună beţe în roate? Schimb un pic tenta discuţiei.

Ştiţi că eu fac toată asta ca să ajung mai repede la încrederea în mine.

Încrederea presupune delimitare, alegere şi valori.

— Probabil şi responsabilitate.

Da, faţă de sine, faţă de ceilalţi, stare de prezenţă, empatie.

Aruncase empatia ca nuca în perete. Mă omora cu empatia. Nu pricepea că nu o aveam din naştere. Tot ceea ce puteam face era să îmi dezvolt şi mai bine simpatia. Simpatia e asociată cu devotamentul. Empatia e o formă instinctivă de identificare afectivă. Eu nu o aveam şi mă bârâia pe degeaba.

M-am abţinut să-i fac de doi bani înţelegerea limitată pe care o avea.

Eu vreau să fiu adecvată în raport cu ceea ce sunt. Nu cu ceea ce aş putea fi.

Adecvatul include adaptabilul, exclude amalgamarea şi se ajunge la structurare.

— Da structurarea aia pare ceva bun, temeinic. Cred că o să fie nevoie să îmi structurez un pic mai bine timpul şi banii în perioada ce urmează.

— *Structurarea timpului existenţial presupune valorizarea propriei persoane*.

Aha, deci trebuia să fac cumva să îmi văd şi de poveşti şi de lupta cu terapia. Agentul mă convinsese că Tabloul nu era varianta cea bună de a-mi lua încrederea în mine. Totuşi, nu voiam să renunţ la ideea de a da un sens concret terapiei mele. Nutream să rămână ceva în urma ei.

Imediat după şedinţă am avut impulsul de a începe să scriu despre mine şi terapia mea. Mă gândeam că nu degeaba oi fi umplut eu o ditamai agenda cu însemnări de la şedinţe şi alte lucruri conexe terapiei.

Nu ştiam de unde să încep, aveam o foială şi o nelinişte ce aproape mă sufocau. Stăteam în faţa calculatorului, cu picioarele cruciş sub mine, frecându-mi mâinile şi parcurgând cu ochii minţii felurite scenarii de succes, felurite scenarii de eşec, dar mai ales un potenţial

titlu.

Să fi stat aşa vreo zece – cinsprezece minute. Îmi venea să le las baltă pe toate, la ce tensiune simţeam. Oscilam între nevrednicie, neputinţă şi exaltarea de a face, de a finaliza pragmatic demersul. Mă îndoiam enorm dar şi voiam să fac până nu mai pot, să dau tot ce am mai bun din mine.

Şi ce să vezi?

La un an şi câteva luni de atunci, am cam aceleaşi percepţii.

E 13 februarie 2016 şi mai că îmi vine să renunţ la a mai scrie despre orele mele de terapie. Îmi pare că e ceva înghesuit, anost şi tensionat. Parcă degeaba am voit să fiu şi eu om normal, om cu scaun la cap, om mare şi bun, om demn de a fi numit om.

Redarea strădaniei şi luptei mele cu psihoterapia îmi pare o enormitate.

M-a tulburat reluarea poveştii cu tabloul. Am trecut printr-o sumedenie de stări, am râs, am plâns, am reflectat, am dubitat, m-am înciudat, m-am înfuriat, m-am dezgustat, m-am îndurerat.

Şi mai cu seamă m-am îndoit de mine. Pentru că m-a furat firul narativ, m-am pierdut în secvenţa evenimentelor. Mi-am zis că e o poveste bună şi aş fi putut să o continui. Poate că ar fi fost mai bine aşa. Însă nu am făcut-o.

am apucat peste câteva zile să scriu prezenta lucrare. Am scris aproape 500 de pagini format 12, Times New Roman la 1, 5 rânduri, exact ca la cerinţele de formatare pentru lucrările mele de licenţă şi dizertaţie. Pentru ca apoi, dat fiind că nu mai puteam gestiona întregul calup, mi se tot bloca scroll-ul, să reformatez la font de 10 şi un rând. Mi-au ieşit aproape 250 de pagini. Şi încă nu am terminat.

Am impresia că tot demersul titanic la care m-am înhămat este o absurditate.

carte?

Unde voi ajunge eu cu toată scrierea aceasta?

Voi reuşi eu să o clarific şi să o duc la bun sfârşit?

Va fi ea demnă de a fi citită şi de ceilalţi?

Sunt eu suficient de abilă în a o reda cum se cuvine?

Sau mă pierd în detalii şi mă învârt în jurul cozii?

Nu cumva fac eu acelaşi lucru şi în viaţa mea de zi cu zi?

Nu cumva îmi lipsesc coerenţa şi utilitatea?

Nu cumva sunt eu în bătaia vântului aşa cum am impresia că e şi ceea ce am scris până acum în această

Poate că m-am aventurat în ceva ce este dincolo de putinţa mea şi mai bine mă rezumam la continuarea poveştii cu tabloul. Poate că am pierdut timpul de pomană tot scriind despre strădania mea cu psihoterapia, în loc să-mi văd de povestea vieţii. Poveste pe care am scris-o fără prea mare efort, rândurile curgeau şi curgeau, de la sine. Pe când ceea ce scriu aici de multe ori îmi dă bătăi de cap, nu îmi e uşor să pun într-o structură coerentă haoticul meu parcurs terapeutic.

Nu este defel lin defecată, mai o scibală, mai o spârcâială, numai un scaun facil şi lin nu.

Şi pentru a mă elibera de aceste dubii şi tensiuni scriu despre ele. Pentru că pe lângă enorma îndoială faţă de mine care m-a cuprins până în vârful unghiilor mai e ceva la fel de puternic. Ba chiar mai puternic, dorinţa mea de a termina ceea ce am început. Că voi avea şi alţi cititori în afară de mine şi cercul de apropiaţi rămâne de văzut. Dar nu las îndoiala de sine să îmi pună piedică. O pun aici în document, apoi merg mai departe.

Nu asta am voit? Să scot un sens din lupta mea cu terapia, apoi să îi pun capăt?

Dar parcă nu mai pot să scriu ca nebuna, aşa fără niciun feed-back din partea agentului. Printez ce am scris şi îi conving domnia să îmi citească struţo-cămila conceptuală şi narativă.

Drept e că o scrisesem blând, fără cinism şi sarcasm. Îi imitam discursul nătăfleţ. Nu am primit un feedback

îmbucurător. Dar m-am învoit să termin. Ceea ce am şi făcut. Apoi am început să rescriu. Astfel lucrurile au căpătat un alt sens şi nu am mai voit să fac terapie. Şi în două săptămâni agentul mi-a cerut drepturi de autor. Eveniment care mi-a oferit răspunsuri la cele opt întrebări. Şi am putut să rescriu cartea din perspectiva a ceea ce sunt eu, o vulpe dionisiacă corcită cu un lup apolinic.

Aşa că să revin la ce s-a întâmplat după ce mi-a fost făcut Tabloul arşice.

Încep să scriu această carte.

Pe 6.11.2013, mă luptam să încep să scriu. Când mi-am dat seama că asta fac, am zis că acesta va fi titlul.

„Lupta mea!”

În excursia mea în nord din timpul verii aflasem de un autor norvegian, Karl Ove Knausgård. Dânsul scrisese un număr impresionat de pagini în care îşi descria viaţa, cu bune, cu rele, evenimente de tot soiul, constelaţii emoţionale interne, descrieri ale ambientului şi ale oamenilor. Îşi intitulase scrierile „Min Kamp”, pe româneşte „Lupta mea”. Şi ce să vezi? Ajunsese un autor faimos.

Am decis că acesta va fi şi titlul lucrării mele. Am început-o cu vise de preamărire şi o dorinţă parţial conştientă de a-mi obţine „o afirmată autonomie” faţă de persoana de la terapie.

Până la şedinţă am scris aproape 20 de pagini. Alternam scrisul în română cu cel în engleză. Mai băgam câteva rânduri în engleză ca să scap de tensiunea perfidă pe care o resimţeam când descriam ce făcusem cu terapia. Erau nişte rânduri haotice şi uneori în rime. Încercam imposibilul. Să împac şi necesitatea primenirii, blândeţii şi empatiei emisă de agent dar şi voinţa mea de putere şi stăpânire de sine. Pe care nici măcar nu aveam curajul să o pun clar într-o frază.

Îmi era frică de agent şi nu realizam. Îi solicitam aprobarea pentru ce făcusem şi ce compuneam.

Ştiţi, mie îmi place să scriu, dar acum că scriu despre

ce am făcut noi am nişte dubii fantastice.

E greu să treci peste inerţia mecanismelor de apărare.

Nici măcar plăcerea scrisului şi auto-analizei nu poate să le biruie?

Plăcerea şi tensiunea fac un ditamai ghemotocul de tensiune de nu se mai vede om cu persoană.

— Da, e cam ce simt eu acum că taman ce am explicat cum mă bâţâiam.

Bâţâitul e repetitivitate şi compulsivitate.

A fost plăcerea mea cea mare până la un moment dat.

Plăcerea consumă, nu construieşte.

— Ce construieşte?

— *Bucuria aduce cu ea construcţie, mulţumire, satisfacţie, creştere*.

— Vă daţi seama cât mă bucur eu că nu mă mai bâţâi. Dar tot mă ia angoasa acu că scriu despre dorul de bâţâială.

Când am de retrăit situaţii, să rămân acolo, să le retrăiesc şi astfel să ajung să le recadrez.

Nu înţelegeam ce dracului voia de la mine. Să mă apuc iar să mă bâţâi?! Schimb subiectul.

Le recadrez prin însăşi scrisul despre ele. Şi mă recadrez pe mine acu. Uitaţi mi-am schimbat programul.

Mă culc devreme şi mă scol şi mai devreme. Dorm 5 – 6 ore pe noapte. La şase sunt în picioare în fiecare zi.

Igiena programului presupune o creştere dimineaţa, o descreştere la prânz, o creştere după-amiaza, o descreştere seara.

Îmi părea că bătea câmpii. Eu aveam un avânt nesecat toată ziua. Pentru că eram motivată să isprăvesc cât mai repede.

Da, am o igienă acum, rezist mai mult şi mai bine. Dar cum credeţi că trebuie să fie făcut un demers auctorial. Ce stări ar trebui să aibă omul ca să îi iasă

lucrurile bine?

Cu necesitate, utilitate, bucurie, mulţumire.

— Ideea de a obţine respectul din partea celorlalţi şi a reuşi nu e bună?

Supralicitarea socialului nu e adecvată.

Da, asta făceam şi acum patru ani. Mai ţineţi minte că am făcut eu aia cu cele trei cadre ale eului. Şi am insistat enorm pe segmentul social?

Rămâne mai puţin timp pentru investiţia în sine sau în cuplu.

Îmi vindea aceleaşi gogoşi râncede ca atunci. Iar eu mă păcăleam că e bine să-mi diferenţiez şi dezvolt trei cadre ale eului. Când de fapt tot ceea ce voiam era încrederea în mine. Nu mă interesau acele segmente ci doar forţa şi avântul ce ar fi putut ieşi din ele.

Ştiţi, nici acum nu prea mă preocupă să le separ aşa. Poate pentru că îmi este frică.

Este o diferenţă între inerţie şi aşteptarea perfecţionistă. Aceasta este trăită dramatic şi supracompensează inerţia.

— Eu nu vreau să fac dramă. Ci doar să scriu bine despre mine. Care credeţi că ar fi perspectiva potrivită?

Observaţii critice, meta-poziţii, straturi de obiectivitate.

Sforăitor şi academic. Putea avea substanţă doar dacă îmi puneam spiritul critic, cinic şi sarcastic la înaintare. Numai că îmi era frică să o fac. Nu voiam să supăr agentul.

Ziceaţi ceva de recadrare…

E o resemnificare pentru a prelungi resursele în a le putea accesa şi la maturitate.

— Deci dorul de bâţâială poate fi şi acum transformat în ceva bun.

— E mai degrabă o amăgire, o iluzie, interioară, o îndepărtare de propria esenţă.

— Dar menirea dumneavoastră care ar fi în demersul

meu?

— *Citeşte despre oglindă*.

— O să o fac. Şi o să consum până la capăt patima asta de a scrie.

Ai grijă la ce cuvinte foloseşti. *Pasiunea e spiritualizantă*, *patima e compulsivă şi cu principiul plăcerii*.

Sufăr enorm când mă văd cum sunt şi cum am fost. Inadecvarea, nesiguranţa de sine…

Suferinţa permite deblocarea resurselor.

Aha, îmi zic eu în sufletul meu. Las că vezi tu, entitate afurisită ce eşti ce-o să scot eu din mine şi din tine şi din toată lumea.

I-am dat înainte cu scrisul şi în română şi în engleză. La următoarele şedinţe nu i-am mai pomenit de scrieri.

Nici nu am mai notat în agendă.

Mă preocupa ce se va întâmpla cu apartamentul. Şi îmi consumam obsesiv tensiunea la terapie ca reuşesc să fac ce trebuie în viaţa reală.

La îmbărbătări punctuale domnia agentului se dovedise a fi bună. Observasem acest lucru când îmi scrisesem dizertaţia.

La începutul lui decembrie verişoara găsise un cumpărător pentru apartamentul în care stătea mama. Era un preţ bun pentru cumpărător. Aşa că de ce să nu fiu chiar eu cumpărătorul? A fost o decizie de moment.

Am avut noroc că verişoara mea nu avea nevoie de toată suma ce s-ar fi obţinut dacă am fi vândut apartamentul. Voia să vândă apartamentul în care locuia şi să îşi cumpere altul mai mare şi mai frumos. Pentru a putea face asta îi mai trebuiau niscaiva bani. De aceea era dispusă să vândă apartamentul în care stătea mama rapid. Chiar dacă piaţa imobiliară din acea vreme îl recomanda la a fi vândut la un preţ mic.

Din fericire suma pe care o strânsesem eu până la acea dată îi era suficientă pentru a-şi acoperi diferenţa de preţ între casa vândută şi casa dorită. Aşa că mi-am

asumat toată responsabilitatea gestionării actelor. Am încheiat o promisiune de vânzare la notariat pentru banii pe care i-am dat şi urma ca primăvara să facem succesiunea, să îmi revină mie apartamentul. După ce le-am despăgubit pe verişoară, mamă şi soră.

Nu-mi venea să cred ce mi se întâmplă. Făcusem un mare pas în a-mi însuşi acea casă. Mă bucura enorm şi mă umplea de avânt. Am intensificat goana mea după talanţi. Astfel încât la venirea primăverii să am de unde să dau banii pentru a deveni proprietara de drept a apartamentului. Şi cum puteam eu să fac economii cel mai bine? Renunţând la ieşiri în oraş, restaurante, concerte şi diverse alte mici plăceri pe care mi le mai permiteam din când în când. Trebuia să le înlocuiesc cumva şi găseam că a scrie la proaspăt începuta mea carte le-ar putea suplini cu succes.

Aveam un ritm nebun. Făceam şi terapie săptămânal, aşa din inerţie.

La o şedinţă mă apuc să povestesc iar despre copilărie. Nutream că pomenind despre munca neobosită a părinţilor mei voi avea şi mai mare avânt să-i dau înainte. Să isprăvesc şi cu casa şi cu scrierea.

Din păcate nu m-am putut abţine să nu-i şi învinovăţesc niţel, că nu îmi oferiseră suficientă atenţie datorită muncii lor.

Aşa am aflat ceva oribil, care m-a făcut să mă îndoiesc de mine în ultimul hal.

Agentul mi-a explicat cum ideea de *muncă*, *muncă*, *muncă duce la minimalizarea individului*.

Adică?!

Apare un blocaj în nevoile fundamentale.

Aha, le e frică că nu au îndeajuns sau ce? Nu-mi amintesc că părinţii mei erau speriaţi de viitor. Dar că munceau extrem de mult.

— Prea multă muncă *duce la stres*, *frustrări*. *Pe cine sunt vărsate*? *Pe cei vulnerabili*. *Adică copilul*.

Nu e un moft al părinţilor că sunt prea preocupaţi de

ei sau al copilului că vrea prea multă atenţie?

Moftul înseamnă plăcere şi nu bucurie.

Da, eu nu am vreme acu de mofturi. Trebuie să fac.

Te sfătuiesc *la integrarea stării de bucurie care hrăneşte şi nu a plăcerii care consumă*.

Iar îmi făcea litania bucuriei de parcă nu eram în stare să mă bucur de nimic. M-am detaşat de luminata-i domnie.

Mi-am spus că nu aveam eu vreme de stat şi chestionat a mea mulţumire şi râvnă de a face pe care le identificam cu bucuria Aveam rânduri de umplut şi casă de luat.

Exista pericolul ca agentul să îmi zică că o asemenea bucurie nu-i autentică. Nu puteam risca să primesc ceva care să-mi doboare zvâcul.

Eram pe repede înainte şi încercam să mă detaşez de influenţele nefaste. Să iau de la fiecare doar ce îmi trebuia pentru a-mi continua acumularea.

Finlandezul îmi era alături, pe cât putea şi el în apatia lui. Odată ce mă concentrasem şi mai şi pe mine şi acumularea mea, sesizasem că omul e cam apatic în afara episoadelor bahice pe care le mai săvârşeam împreună.

Observasem că spre deosebire de mine, el mai bea şi în timpul săptămânii, nu într-atât încât să se îmbete dar suficient de mult încât să se ameţească. Era într-un fel cam alcoolic.

am stat să mă gândesc la relele lui.

Îmi oferea sprijinul în ale scrierii ori de câte ori i-l ceream, avea răbdare să recitească cu mine fragmente din poveştile în engleză şi să îmi sugereze diverse corecturi ale gramaticii mele deficitare. Mă ajuta şi cu toate celelalte lucruri pe care le presupunea traiul în comun, curăţenie, cumpărături, mâncare.

Nu-mi dădea niciun motiv concret să îl iau la rost. Dar într-o zi a explodat pisica.

Taman ce făcusem pomul de Crăciun şi finlandezul venise de la cumpărături. Luase câteva cadouri pentru

rudele sale, printre care şi o sticlă de pălincă. Era un recipient făcut artizanal.

Surpriză, pe etichetă, alături de denumire, specificaţii de tărie, valabilitate şi stocare avea şi o trimitere către pagina de Facebook a producătorului.

Intru eu pe pagina respectivă, o găsesc tare amuzantă, i-o arăt şi omului. El face un comentariu ce mi s-a părut deplasat. Drept e că era şi puţin băut, îmi spusese că se cinstise la târg cu niscaiva vin fiert. Aşa că am început să îl cert pentru comentariu. El nu se lasă mai prejos şi ajungem să ne înjurăm, apoi să ne scuipăm.

Omul stătea pe canapea şi mă ocăra. Mă duc mai lângă el, să audă mai bine şi ocările mele. Iar el pac, dă cu piciorul către mine.

Atât i-a trebuit, i-am dat un pumn în faţă, apoi o ploaie de pumni în stomac şi coaste. Mă lovise furia oarbă.

Mi-am dat seama ce fac abia când era să dărâm bradul care era lângă canapea.

Finlandezul nu a dat înapoi nici măcar o palmă. Dar urla ca din gură de şarpe. Am vrut să-l dau afară pe scări. Poate din ruşine avea să se potolească. Nu a mers, a zbierat şi mai tare. Aşa că l-am lăsat să intre înapoi în casă, după care am plecat să dorm la un prieten.

La câteva zile ne-am împăcat. Am vorbit despre apatia, alcoolismul şi detaşarea lui.

Am înţeles că el se lasă mai puţin afectat dintotdeauna, simte mai puţin. Parcă îmi venea să-i zic s-o terminăm şi să se mute de la mine.

Dar nu puteam. Mă obişnuisem cu el, îmi era comod. Mă mai ajuta cu una, cu alta. Îmi mai oferea câte o părere obiectivă asupra tuturor trăsnăilor pe care le scriam şi gândeam.

Avea un stil bun de a mă critica. Nu-mi ataca identitatea şi persoana. Ci doar comportamentele aberante şi lipsa de respect derivată din acestea. Sau ideile exagerate şi lipsa de temeinicie şi consistenţă a lor.

Puteam să-i spun orice îmi trecea prin cap că nu mă

condamna. Cel mult mă lua la mişto sau îmi explica ce consecinţe ar putea avea extremismul meu.

Simţeam că nu pot să renunţ la el aşa dintr-odată. Mă ataşasem de el. Totodată mă gândeam că observându-i detaşarea aveam să învăţ mai bine cum să o fac şi eu.

Am decis că se va muta în camera mică, nu vom mai dormi împreună. Pentru a mă obişnui cu ideea că până la urmă el va pleca la el acasă în Finlanda.

Totuşi mai dormeam cu dânsul uneori când mă simţeam în nevoie de sex sau afecţiune. Îmi sublinia că nu eram consistentă cu ceea ce spusesem. Mă lăsa să-mi fac poftele sau mă îmbărbăta şi sprijinea. Îmi oferea un soi de încredere că voi reuşi să duc lucrurile la bun sfârşit de una singură.

Îmi părea că omul încă îmi era de ajutor în dezvoltarea mea.

La terapie nu am zis nimic de incidentul agresiv. Ştiam că o să mi se spună iar că nu am avut stare de prezenţă, că am lăsat furia oarbă să mă cuprindă şi am intrat în act.

Era ultima şedinţă înaintea vacanţei de sărbători.

Am reuşit să conving agentul să-mi asculte fragmente din ceea ce scrisesem. Îmi oferea un feed-back relativ neutru. Insista cu starea de prezenţă şi primenirea autentică.

Eu speram să găsesc formulări mai bune şi completări înţelepte. M-am umplut iar de responsabilitate şi asumare. Nu venea cu alte interpretări faţă de cele din trecut.

Mă cam luase lehamitea şi faţă de terapie şi faţă de descrierea impactului pe care îl avusese în dezvoltarea

Parcă tăiam frunze la câini la câte vorbe goale înghiţisem. Şi nu aveam curajul să-mi exprim sincer şi onest tot dezgustul pe care îl resimţisem mai pe tot parcursul terapiei. Nici voinţa de a mă controla şi revolta care mă determinaseră să mă las de bâţâială şi să mă apuc

să citesc felurite scrieri psihanalitice.

Nu pomenisem o iotă că frica de dizertaţie mă făcuse să mă refugiez în Jung.

Până după sărbători n-am mai putut scrie nimic. Inconştient simţeam că merit o lopată pe după spinare pentru că în continuare mă jucam cu terapia.

Îmi spuneam că n-am vreme de psihologii îndoielnice, căci trebuia să pun osul la treabă şi cu altele.

Fac.

Între Crăciun şi Revelion mi-am ajutat verişoara să se mute. Şi să-şi aleagă şi mobila pentru noua casă. M-am simţit flatată că a ales un pat şi o bibliotecă exact ca ale mele. Mi-a spus că îi plăceau.

Am cărat de m-am spetit. Dar m-am şi ales cu o sumedenie de lucruri care ei nu îi mai trebuiau. A meritat efortul.

Pe întâi ianuarie, mi-am spus că în anul acela, 2014, voi dărâma tot ce voi putea să dărâm.

Pe doi ianuarie căram un scaun şi un covor în apartamentul pe care urma să îl dobândesc. Simţeam că lucrurile se învârt şi îmi va merge bine.

Pe trei ianuarie mergeam la petrecerea de casă nouă dată de verişoara mea.

Apoi, până pe 10 ianuarie, am descotorosit apartamentul în care stătea mama de toate ciucele strânse de bunici. Am scos aproape 100 de euro din vânzarea fierătăniilor, alamelor şi cuprului depozitate în dulapul de la intrare şi din două maşini de spălat neautomate, Albalux.

Am salahorit cu poftă. Am pus covorul enorm de lână pe care îl luasem de la verişoara mea în sufragerie. Tot acolo am pus şi un tablou luat tot de la vară. Era făcut de bunicul ei, acelaşi care făcuse şi pictura ce mă inspirase să scriu povestea din capitolul anterior.

Eram satisfăcută şi împlinită. Parcă începea să rămână ceva în urma mea. Pe 11 ianuarie mă apuc iar să scriu. Îi dau cu harpiile şi zânele.

Pe 15 ianuarie am terapia. Citesc ce am scris. Aflu că *se necesită să-mi structurez eul adult şi eul copil*. Şi că *nu merită să mă pedepsesc şi învinuiesc pentru ceea ce am fost*.

Fâs şi baliverne. Îmi pângărea personalitatea cu balega aceea de eu adult scoasă din cărţi de psihologie mediocră. Povestesc de incidentul cu finlandezul. Se îngrozeşte. Încearcă să-mi explice de stare de prezenţă, relaţii de cuplu sănătoase şi feminitatea autentică.

Fără sorţi de izbândă. Am impresia că ştiu eu mai bine ce-i de făcut acolo. Părerile agentului în privinţa feminităţii şi a vieţii de cuplu sunt stereotipe, depăşite şi nu mă regăsesc în ele. Poate şi pentru că nu mă preocupă viaţa de cuplu şi feminitatea mea. Ci dorinţa de a avea concentrare şi încredere în a-mi duce lucrurile începute la bun sfârşit.

Îmi văd de scriere şi de economisire.

Pe 22 ianuarie am iar terapie. Îi citesc compulsiv. Mă roagă să *fac o sinteză la nivel de aici şi acum*. Vorbim de *constanţa în sintetizarea cotidianului*. Sunt nişte idei pertinente, dar eu tot speculez orice moment ca să îi citesc iar.

Îmi dă un sfat, *să precizez ce valori*, *ce aşteptări*, *ce nevoi am*. Mă activează într-un discurs parşiv. Nu sunt în stare să spun onest că am nevoie de susţinerea agentului şi punct.

Să termin lucrurile începute cu bine, să nu îmi mai fie frică că voi da greş, să nu mă mai enerveze că lumea îmi este uneori potrivnică. Ştiţi uneori am senzaţia că oamenii nu mă susţin, că vor să îmi dea în cap pentru felul meu atipic de a percepe lumea.

Cum se manifestă devalorizarea la mine?

— Rău, cum să se manifeste. Dacă am făcut în ciudă de mică nu am primit feed-back-ul ăla bun şi nu am încredere. Nu am integrat bine ataşamentul, îl devalorizez.

Sunt sub influenţa scrierii. Recitisem tot ce născusem şi eram înciudată că mă identificasem cu eroul şi tot nu

aveam curajul să îmi trec onest aşteptările reale pe care le aveam la începutul terapiei. Mâncam gogoşi blânde dintr-o inconştientă dorinţă de a menaja persoana de la terapie. Şi de a-i primi gratificarea întru a fi izbăvită de terapie. Iar domnia sa îmi ţinea isonul, îmi mai băga nişte sforăieli.

Vio, *ataşamentul bine integrat e corelat cu independenţa şi construirea de sine*.

Păi vedeţi, pe ăla nu îl am eu bine integrat. De aia făceam boroboaţe şi giumbuşlucuri în loc să fi făcut ce trebuia, sau ceea ce era potrivit, cum aţi spune dumneavoastră. Ce mă fac?

Ataşamentul poate fi corelat cu valoarea constanţei. *Ataşamentul e constanţa faţă de tine*, *faţă de ceilalţi*.

Ataşamentul presupune respect, *libertate*, *iubire necondiţionată*, *încredere*, *sprijin*.

Se pare că după atâta vreme tot nu le am bine integrate. Mi-e frică…

Independenţa e o componentă a unui ataşament adaptabil. *Forma ei manifestă e adaptabilă*. *Ataşamentul adecvat dă independenţă*, *ataşamentul inadecvat dă dependenţă*.

M-a băgat în ceaţă şi mai rău. Nu realizam că ataşamentul meu era de fapt bine integrat. Şi presupunea respect, loialitate, demnitate, discernământ. Din respect faţă de ce primisem şi faţă de mine voiam să mă îndrept şi să las ceva bun în urma mea.

Şi mă ţineam cu dinţii faţă de ceea ce îmi propuneam.

Numai că dezvoltasem un ataşament şi faţă de persoana de la terapie şi năzuiam să obţin o izbăvire şi o carte care să nu supere opiniile domniei sale. Nu îmi puneam discernământul la lucru şi nu eram în stare să-i zic că nu cred în iubirea necondiţionată, e o gâgâială sfruntată pentru sufletul meu. Şi că vreau putere şi forţă, nimic mai mult.

Cei aproape cinci ani de terapie îşi puseseră pecetea asupra mea, mă obnubilaseră. Mă pusesem pe un făgaş în

a obţine ceea ce era important pentru mine şi chiar nu mai aveam nevoie de asistenţa terapeutică, de scârnăvia închistată pe care o ridicam în slăvi în scriere.

Din dorinţa mea de a duce lucrurile la bun sfârşit şi cu terapia scriam ca apucata redând discursul luminatei entităţi terapeutice. Deşi în cea mai mare parte nu credeam în el.

Preţ de încă două săptămâni am citit în continuare. Am aflat că *„era necesar să ies din compulsia de a citi acelaşi parcurs, prezentând la momentul de aici şi acum”*. Era imposibil, nu aveam cum să-i spun că de fapt îi dispreţuiam discursul şi mai tot ceea ce făcusem fusese rezultatul unei revolte mocnite pe domnia sa.

Voiam să fac imposibilul, să le împac pe toate, şi voinţa mea de putere şi paloarea necondiţionată a jargonului psihologic folosit de agentul meu. Explicam cu emfază că îi citeam din frica de a nu greşi, de a nu fi înţeles şi exprimat aşa cum era potrivit şi necesar. Mi se spunea că e o dovadă de perfecţionism compulsiv.

După ce m-am războit cu perfecţionismul domnia terapeutică mi-a sugerat să intensificăm ritmul şedinţelor şi eu am acceptat.

Aşa că la două zile după ce mi-a fost pus la zid perfecţionismul compulsiv am avut cea mai deplasată şedinţă din toate timpurile.

Pe 12.02.2014 agentul m-a ameninţat că pleacă acasă dacă îi mai citesc. Asta după ce a încercat să îmi explice că *îmi iau cârje*. Nu m-am lăsat am încercat să conving că nu este aşa. Am aflat cum caut să obţin gratificarea domniei sale, *ca la clasa întâi iar căutarea gratificării e în afara responsabilizării şi a asumării interioare*.

Tot nu m-am lăsat şi mi-a zis că se ridică şi pleacă. Bine nu mai citesc. Dar mă ia durerea de cap. Mi se spune că *somatizare*, *semn al stazei şi victimizare*.

— Bine promit că nu mai citesc niciodată!

Mă simt ca dracu’. Îmi zice că *„mi-a pus stop ca să mă pot duce mai departe, să cresc”*.

E revoltător ce se întâmplă, un joc bolnav de-a dascălul şi elevul. Eu un elev nărăvaş care vrea să aibă control asupra dascălului. Iar domnia terapeutică un îndrumător care-şi subliniază explicit rolul superior şi aportul benefic pe care îl avea în creşterea mea.

Nu aveam ochi să văd grozăvia şi vână să o termin cu toată bolnăviciunea ataşamentului terapeutic. Lucrurile s-au dus şi mai în extrem.

La sfârşitul şedinţei mi-a fost comunicat că va avea loc o modificare de tarif. Zbang, mă zbat între a-i spune că nu mai vreau să fac şi a-mi negocia tariful. Aleg a doua variantă din nebuna mea voinţă de a controla.

Probabil pentru a compensa sentimentul de trădare pe care îl experimentam. După ce îmi subliniase că vrea să mă ducă mai departe să cresc, voia mai mulţi bani de la mine? Nu îi supusesem de zeci de ori că a lua casa era cel mai important lucru pentru mine? Nu putea să aibă răbdare până terminam cu succesiunea, adică după 17 martie? Probabil voia inconştient să-mi verifice ataşamentul.

M-am detaşat şi am negociat cum puteam eu mai bine. I-am spus că înţeleg că e vorba de un efort care se necesită a fi remunerat corespunzător. Plus că dacă plătesc mai mult, probabil semnific şi mai mult. I-a convenit perspectiva, a susţinut-o, *„este o semnificare simbolică a efortului, dai bani pentru primenire”*.

Sigur, „daţi un leu pentru primenire”, iar îmi cam venea să-i trimit primenirea la plimbare. Dar m-am abţinut. Până la urmă am obţinut o amânare a creşterii până la sfârşitul lui aprilie. Era modic, dar măcar reuşisem. Mi s-a subliniat că nu era firesc ce făcea, că acceptase doleanţele clientului. Ceea ce probabil mi-a satisfăcut foamea inconştientă de a controla persoana de la terapie.

M-am plâns cu poftă prietenilor şi mamei de ce nedreptate voise să-mi facă agentul terapeutic. Toţi mi-au spus că pot să renunţ oricând, nu mă ţine nimeni cu forţa.

Dar inconştientul meu era prea satisfăcut, nu m-a

lăsat să deschid ochii şi să văd ce enormitate avusese loc.

M-am prins a scrie iar, cu mare cazнă şi frustrare. Aşa a luat naştere capitolul Scriu Compulsiv, într-o dezlânată şi alambicată formă. Era rodul unei grafomanii care încerca să scoată un bici din rahatul jocului cu terapia. Nu menţionam sub nicio formă voinţa mea de control, căci agentul ar fi considerat acest lucru ca fiind revoltător.

Oricum nu aveam vreme să îmi pun prea multe întrebări căci se apropia data succesiunii.

Mă ocupam intens de întocmirea dosarului. Îmi trebuiau de tot felul de adeverinţe şi acte. Am făcut haz de necaz că pentru obţinerea unei singure adeverinţe a fost nevoie să depun 13 copii ale altor acte şi adeverinţe. Iar pentru alta a fost nevoie să merg de şase ori la acelaşi oficiu.

Ca să obţin nişte bani în plus am decis să mă angajez pe timp de weekend la localul unui prieten (bar-restaurant-club). Urma să lucrez vineri şi sâmbătă de la 17: 00 la 5 – 6 dimineaţa (uneori şi mai târziu, dacă petrecăreţii nu voiau a se da plecaţi) şi luni de la 17: 00 la 12 – 1 noaptea. Mi se părea un program taman bun pentru a-mi vedea în continuare de scris.

Îmi ocupa şi sfârşitul de săptămână astfel încât să nu mai am cum să fac vreo cheltuială pe cine ştie ce altă distracţie, ba din contră, să fac bani.

Pe 21 februarie am avut prima după-amiază-seară-noapte de muncă. Era ceva efort de făcut. Mă solicita cu precădere la nivel fizic – stat în picioare, alergat de colo colo, cărat. Dar era şi interesant. Eram într-un mediu tare divers, aveam ocazia să observ o mulţime de oameni, cum se distrează şi interacţionează. Mai era şi o provocare în a-mi testa răbdarea şi limitele rezistenţei fizice. Am lucrat până la mijlocul lunii august, când am terminat de plătit datoria către o prietenă a mamei.

Pentru a duce succesiunea la bun sfârşit am mai avut nevoie de câţiva bani, pe care din fericire mi i-a

împrumutat această prietenă a mamei. Era prima oară în viaţa mea când împrumutasem o sumă atât de mare, de obicei eu eram cea care îi împrumuta pe ceilalţi. Lucru ce m-a motivat să îmi dau toată strădania în a restitui banii cât mai repede.

La terapie începusem să mă plâng de programul infernal pe care îl aveam în weekend. Ca de obicei, luminăţia agentului se dovedea a fi benefică pe încurajări punctuale. Chiar mi-a dat încredere că voi avea suficientă forţă în a-mi face treaba bine.

Nu puteam spune acelaşi lucru şi despre scrierea pe care o desfăşuram în paralel. Pe 26.02 am vorbit la terapie despre furie. Începusem să scriu capitolul V, care îi era alocat. Am aflat că *„e necesară starea de prezenţă în diferenţierea şi delimitarea sentimentului, prin alegere şi asumare ajung la alchimizare, creştere şi primenire*”. Erau aceleaşi grohăieli iar eu simţeam că nu-i de joacă şi glumă cu entitatea.

Aşa că m-am lecuit să-i mai vorbesc agentului despre ce scriam. Nu aveam ce făină să aleg din tărâţe. M-am rezumat la a-mi consuma tensiunile de la muncă şi la vorbi despre iminenta întâlnire de la notar.

Am început să scriu capitolul Tristeţe şi Doliu sub imperiul unei frici de succesiune. Oricum succesiunea era în directă legătură cu moartea.

Şi lucrurile puteau lua o turnură proastă tocmai datorită diverselor decese din familie. Probabil că şi din spirit de conservare scrisesem despre ele. Ca să mă eliberez de tensiunea lor şi să am capul limpede la succesiune.

Aveam să mă revăd cu sora mea Alexandra, după aproape opt ani. La un an şi jumătate după moartea tatălui au început disensiunile pe moştenire. Odată ce s-a deschis succesiunea notarul a constatat că deja era deschisă o succesiune pentru defunctul meu bunic, care murise înaintea tatălui.

Era deschisă pentru un teren din Moldova şi

surpriză, sora mea nu era menţionată acolo. Eu şi mama uitasem total că la vreo jumătate de an după moartea tatălui meu bunica ne-a chemat la un notar să o ajutăm să-şi facă actele pentru a-şi vinde acel teren din Moldova. Ţin minte că bunica a insistat să nu o chemăm şi pe sora mea. Avea ea un ghimpe pe dânsa, căci nu se înţelesese niciodată cu mama ei. Nu mi s-a părut corect, nu era corect nici din punct de vedere legal, dar nu mă consideram eu aptă să mă bag în treburile lor, ale oamenilor mari şi fără de minte (uneori). Pe cale de consecinţă am dat cu totul uitării incidentul.

Numai că la notar vechea succesiune a apărut acolo, negru pe alb, iar sora mea s-a înfuriat teribil că a fost lăsată pe dinafară. Aşa că ne-a dat în judecată, pe mine şi pe mama mea. Eu am încercat pe cât puteam eu la acea vârstă de 21 de ani să aplanez conflictul, numai că nu am reuşit. S-a iscat o ură teribilă între mama mea, mama surorii, verişoara mea şi sora mea. Erau două fronturi – mama mea şi verişoara mea şi sora şi mama ei. Până la urmă s-a deschis un proces şi lucrurile s-au rezolvat pe cale amiabilă la începutul anului 2009. Doar că a rămas o ură mocnită între cele două părţi beligerante.

Era posibil ca la succesiunea din 17 martie 2014 această ură să se reactiveze. Mama şi verişoara mea să se ia la harţă cu sora, şi întâlnirea de la notar să se sfârşească tragic, cu scandal, reproşuri şi râci. Şi aceasta ar fi putut presupune pe lângă atmosfera tensionată şi un nou proces.

Se ştie, dacă părţile nu se pot înţelege în pace şi acord comun asupra moştenirii atunci chestiunea este tranşată în instanţă. O asemenea iminenţă catastrofică mă tensiona de numa-numa. Dar îmi propusesem să am răbdare şi bunăvoinţă faţă de toată lumea. Până la urmă fiecare avea traumele şi nefericirile sale. Mamei mele îi murise soţul, surorii mele îi murise tatăl, bunica o lăsase pe dinafară cu bună ştiinţă. Iar verişoarei mele îi murise bunica, care fusese ca o mamă pentru ea, până la 18 ani locuise cu bunica, mama ei venind din când în când să mai stea şi ea pe acolo.

Aveam să am de-a face cu un teren emoţional minat cu suferinţă şi durere. Îmi doream să fiu în stare de tact şi diplomaţie. Astfel încât să nu care cumva să prilejuiesc vreo explozie emoţională ce fără doar şi poate m-ar fi lăsat cu buza umflată şi casa neluată. Mă gândeam că mă pot aştepta şi la linişte, înţelegere şi bunăvoinţă. Şi tocmai pentru că le aşteptam să le ofer chiar eu, de la bun început, de cum voi pune piciorul în încăperea notarului.

Mă antrenam la terapie să fac ce se cuvine la succesiune.

Finlandezul parcă începuse să îmi dea de furcă. Venea beat acasă tot mai des şi nu părea a avea niciun plan de viitor. Realizam că nu mai este nimic de făcut, sfârşitul relaţiei este iminent şi mă îndureram. Parcă mă şi înfuriam că nu fusesem în stare să-mi aleg partenerul cu mai multă luare aminte şi mă făceam de râs în faţa tuturor că luasem pe lângă mine un apatic, care nu avea perspective de a ajunge şi a fi cineva.

Am încercat să discut cu dânsul şi mi-a scos dictonul „vreau şi eu să trec cumva prin viaţă” (I just want to get somehow through life). Mi-l mai spusese şi pe la început. Atunci îl interpretasem drept relaxare şi detaşare. Îl asociasem cu senzaţiile de libertate şi vigoare pe care aveam impresia că le aveam în preajma finlandezului.

Cumva a contribuit la voinţa mea de a fi mai preocupată de viitorul meu, şi la a fi mai puţin încrâncenată că voi da greş. Omul chiar fusese ca un homunculus pentru mine, mă motivase să fiu mai hotărâtă faţă de propria mea persoană, prin ambiguitatea şi spiritul detaşat ce-i erau caracteristice

Sub auspiciile tensiunii de a da greş cu casa şi a repetatelor lui episoade bahice, mă mai luase o frică. Dacă mă trăgea în jos prin apatia lui? Mă încrâncenasem că omul nu avea niciun plan de viitor deşi îmi explicase că se va duce înapoi în Finlanda şi îşi va lua un job când va veni momentul.

Nu pricepeam ce-i aia cu momentul, eu eram pe

repede înainte şi aveam un moment zero clar reprezentat în spaţiu şi timp, succesiunea. Mă aşteptam tot la un răspuns bine plasat în timp.

Cu o săptămână înainte de întâlnirea stabilită la notar (17 martie) am avut un conflict decisiv cu finlandezul. Veneam de la muncă cu autobuzul, la ora opt dimineaţa. Avusesem cea mai grea seară de până atunci, fusese un volum enorm de muncă. Doar era opt martie, ziua femeii şi toată lumea ieşise în oraş să sărbătorească. Pe la vreo trei noaptea, când am simţit că mă lasă puterile, de la atâta alergat, cărat şi interacţionat cu oamenii, am început să beau. Nu am simţit că mă ameţesc sau îmi iau avânt bahic, ci pur şi simplu mi-a dispărut oboseala şi am putut duce treaba la bun sfârşit.

Cum mergeam eu aşa cu autobuzul la un moment dat mă uit în jur şi peste cine dau? Peste însuşi finlandezul. Se întorcea şi el săracul acasă, după o noapte de petrecere. Aceasta în condiţiile în care cu o zi înainte avusesem o discuţie cu el despre ce avea el să facă şi se angajase să nu mai piardă timpul aiurea, să-şi irosească timpul şi banii pe ieşit în oraş şi băut.

Îmi venea să îl iau la ceartă acolo în autobuz, însă nu mai aveam energie. Aşa că ne-am culcat ca doi beţivi epuizaţi, unul după o noapte de muncă, altul după o noapte de hălăduit prin cluburi. Dar după trei ore de somn m-am trezit cu poftă de arţag.

I-am trântit omului toate neliniştile mele – că nu mă respectă, că nu mă susţine, că nu va ajunge niciunde cu stilul lui de viaţă. Degeaba încerca el să mă calmeze spunându-mi că la rândul meu am băut şi asta mă face şi mai furioasă ca de obicei şi că e normal să mai iasă şi el în oraş şi să mai fie detaşat de situaţia lui existenţială.

Părea neclintit şi calm în faţa reproşurilor mele, ceea ce m-a înfuriat teribil. Am sărit la bătaie şi l-am dat afară din casă. După ce a plecat m-au copleşit deznădejdea şi tristeţea. Nu mai ştiam ce să fac, aşa că am chemat pe mama şi pe cel mai bun prieten.

M-am mai liniştit când amândoi susţineau sus şi tare că finlandezul nu este de mine, dar totuşi ar fi omeneşte să îl las să îşi ia lucrurile. Aşa că a doua zi ei au plecat iar eu am rămas singură în aşteptarea omului.

Până să vină am avut un moment de reflectare asupra întregii situaţii. Eram în bucătărie, priveam pe fereastră şi cum-necum mi-a picat privirea pe bucheţelul de zambile de pe pervaz, pe care finlandezul mi-l dăduse cu ocazia zilei de opt martie.

Am avut o tresărire, m-a podidit plânsul, mă gândeam că poate exagerasem, fusesem prea dură, brutală şi fără de inimă în purtarea mea.

Omul nu-mi făcuse nimic rău dinadins, nu avusese vreodată intenţia să mă rănească sau să îmi facă în ciudă. Eu eram cea care se simţise rănită de atitudinea sa detaşată şi distantă, căci eram în mare tensiune cu succesiunea şi căutam pricini în orice.

Simţeam că era nedrept ceea ce făcusem, finlandezul fusese blând, nu sărise înapoi la bătaie, şi încasase loviturile cu demnitate. Pe deasupra îmi şi lăsase spaţiu de manifestare în tot ceea ce făceam şi îmi era alături de fiecare dată când i-o ceream.

Când a venit am încercat să îndrept cumva situaţia şi i-am propus să rămână în continuare să locuiască cu mine, până avea să plece în Finlanda la sfârşitul lunii martie. Evident că omul nu a acceptat. Bine a făcut.

Probabil că aş fi căutat prilej de râcă în mai orice, dat fiind că tensiunea unui posibil eşec cu succesiunea se înteţise considerabil, data întâlnirii la notar se apropia cu paşi repezi.

Aşa că am rămas singură cu scrierea mea.

Omul a fost un homuncul până la sfârşit, mi-a oferit exact ceea îmi trebuia pentru a merge mai departe. Până la urmă mi se aprinseseră călcâiele după dânsul tocmai pentru că îmi dăduse senzaţia că eram liberă şi forţoasă prin preajma lui. Puteam fi aşa de una singură.

Parcă fusese eliberatoare plecarea lui. Relaţia cu

dânsul nu avea niciun viitor, de aceea mă şi enervasem.

M-am băgat în tristeţea pierderilor din familie. Nu îmi părea că avusesem un doliu netrăit, ci doar suferinţa obişnuită. Nu aveam curaj să scriu că entitatea terapeutică bătuse câmpii cu acel doliu netrăit, scriam găgăuţism dubios.

Dar mi-am dat seama că orice s-ar întâmpla eu voi merge înainte, am un fel de spirit de supravieţuitor în mine, un instinct de conservare care nu-mi permite să mă abandonez vicisitudinilor vieţii şi să dezvolt traume.

Mi-am spus că dacă am ajuns aproape de redarea momentului când la terapie am tratat găsirea trifoiului cu patru foi cules împreună cu tata pe când aveam şapte ani, sigur o să am noroc şi cu succesiunea.

am gândit că tata nu şi-ar fi dorit să fiu în relaţii proaste cu sora mea, fapt ce m-a făcut să privesc situaţia cu mai mult optimism. Îmi doream în adâncul sufletului să nu fi fost certată cu sora mea, ea să fi rămas o prezenţă în cotidianul meu, aşa cum tot fusese până la problema procesului.

Mă întrebam uneori ce mai face, aş fi vrut să mă mai duc la ea în vizită, însă de fiecare dată când aveam impulsul de a o căuta îmi spuneam că nu e cazul. Aveam în minte ce tot auzisem în timpul procesului – „femeia nu dăduse un sfanţ pentru îngrijirea medicală a tatălui ei, nici măcar nu venea să îl viziteze când era în spital pentru ca apoi să vină cu pretenţii la moştenire”.

Eu nu eram neapărat de acord. Poate sora mea fugea de durere, nu avea curaj să o înfrunte. Lucru pe care îl observasem mai demult şi la verişoara mea care refuza să vină să-şi vadă mama bolnavă în spital. Dar nici că aveam curajul să o spun, să-mi înfrunt mama şi verişoara.

Cred că sub auspiciile scrierii despre trifoi am decis ca în ziua succesiunii să îi duc surorii mele uneltele de pescuit ale tatălui nostru. Ştiam că fusese e mai multe ori la pescuit cu tata. Plus că verişoara mea îmi spusese la un moment dat că sora mea şi-ar fi dorit să meargă la pescuit

cu undiţele tatălui.

Sora mea s-a bucurat, chiar m-a şi luat în braţe şi pupat. M-am simţit la rândul meu bucuroasă şi mulţumită că reuşisem să procedez ca un om înţelept, dincolo de regrete şi vini.

Întâlnirea de la notar s-a sfârşit cu bine, am obţinut prima casă pe numele meu. Drept e că pe parcurs au existat tensiuni şi fricţiuni. Am avut răbdare şi stăpânire de sine. Am stat cu capul plecat, lăsându-le pe cele trei zdrahoance, mama, sora şi verişoara să îţi consume mocnit dramele. Am vorbit doar întrebată şi de fiecare dată am fost binevoitoare şi asertivă.

La sfârşit eram minunată că lucrurile au decurs până la urmă cum se cuvine. Simţeam o mulţumire sufletească ce parcă îmi dădea avânt să merg mai departe, să am mai multă încredere în propria mea persoană.

Totodată şi puţină teamă pentru perioada ce avea să urmeze, nu era cazul să mă îmbăt cu apă rece. Nu eram încă cu toţi sacii în căruţă, trebuia să dau înapoi banii pe care îi împrumutasem de la prietena mamei mele. Aşa că trebuia să fiu muncitoare şi cumpătată, nu era încă cazul să sărbătoresc dobândirea casei. Deşi mi-aş fi dorit să o fac, cu mare ospăţ şi beţie alături de prietenii mei. Dar şi împreună cu mama, verişoara şi sora, ceea ce ar fi fost fezabil din punct de vedere material. Numai că, spre amărăciunea mea, relaţiile între cele trei erau tensionate. Nu era momentul să insist şi să provoc istericale.

Să văd că am o casă pe numele meu era o mare confirmare.

Mă simţeam mai în formă ca niciodată să fac ceva şi cu terapia, să obţin o confirmare a putinţei mele şi să închei demersul.

Din păcate am sfârşit într-o ciorbă existenţialistă care mi-a făcut clisme inutile şi mi-a luat banii.

Mă fac frate cu dracul.

Pe 19.03.2014 am avut şedinţa terapeutică. Vorbesc despre mulţumirea mea că am luat casa. Mi se spune că

fără trecut nu am fi aici.

Super, îmi dăduse un motiv să vorbesc despre nostalgie şi reverie. Încep să explic cum nostalgia şi reveria îmi prilejuiseră un zvâc existenţial.

Mă lovesc de un zid.

Aflu că *„nostalgia poate fi văzută ca o încercare de a completa conţinuturile”*. Şi că *„e necesară o abordare sistemică pentru a trece dincolo de doliul şi compulsia nostalgiei”*.

Agentul e incorigibil. Nu-mi acceptă realizările. Tot în doliu mă crede. N-am curajul să-i zic că din frică de dizertaţie mă băgasem în Jung şi nostalgie. Iar abordarea sistemică ar fi fost din perspectiva voinţei mele de control şi a revoltei pe care o aveam faţă de persoana de la terapie.

Mă bag iar în joacă patologică.

— Ce credeţi că ar fi de făcut întru a ajusta nostalgia?

— *Recadrarea trecutului, contemplarea lui, pentru a extrage darurile ce mi-au fost oferite*.

E strigător la cer ce îmi spune. Nu făcusem eu acest lucru cu casa? Îmi nega abilităţile de a face faţă vieţii.

Dar nu mă las, nu-i fac vânt, cum ar fi fost sănătos la cap să o fac. Schimb subiectul.

Povestesc despre cum finlandezul fusese un homuncul pentru mine, îmi prilejuise un avânt existenţial. Am fost invitată să spun ce simţeam despre situaţia concretă cu finlandezul.

Ce să simt? Ciudă că nu mai este. Am momente când îi duc dorul. Dar n-am timp să zăbovesc asupra lor. Căci mă enervează că nu sunt suficient de bună la muncă. Colegii mei sunt mai rapizi şi mai îndemânatici ca mine. Ce să fac eu ca să asimilez mai repede toată arta asta a lucrului într-un bar?

Eşti într-un moment în care îţi dezvolţi manualitatea, fapt ce măreşte capacitatea corticală individuală. Asta că tot ai zis de homuncul. Homunculusul este schema

percepţiei corticale.

Îmi închisese gura magistral. Nu ştiam că homunculusul e o zonă din creier.

Mă mai plâng un pic de incapacitatea mea de a face mai repede la muncă. Sunt încurajată *să am răbdare să iau lucrurile pe îndelete*, *fără tensiune*.

E un sfat sănătos. Îmi mai trece dezgustul. Revin iar la nostalgie şi reverie. Poate-poate îmi dă şi o reprezentare mai de doamne ajută, care să mă izbăvească de tensiunea că fusesem nostalgică pe degeaba.

O dă iar cu *darurile pe care le pot extrage din trecut*. E o luptă cu morile de vânt. Dar măcar îmi dăduse încredere că o voi scoate la capăt bine cu munca.

După şedinţă o sun pe mama să mă lămurească cu homunculusul. Aflu că homunculul este reprezentarea organismului uman pe creier, fiecare organ al omului are o reprezentare pe creier, o reprezentare corticală. Deci avea sens ce îmi spusese entitatea terapeutică, dacă îmi folosesc mai mult mâinile atunci acestea vor avea o reprezentare mai mare pe creier. Aşa că era posibil să mi se mărească capacitatea corticală.

Am voit să revin la scrierea despre Nostalgie şi reverie. Nu am putut. Mă bântuia ideea că nu fusesem în stare să-mi recadrez cum trebuie trecutul.

Toată raţiunea procesului meu terapeutic de după renunţarea la bâţâială până la scrierea dizertaţiei părea a fi fost o făţărnicie nebunească. Nu mai aveam resurse să redau procesul în stilul agentului.

Mă simţeam stoarsă de zvâc în a convinge agentul să-mi dea gratificarea că făcusem o terapie bună întru a finaliza procesul.

Trebuia să-mi iau gândul de la lupta mea de Don Quijote, erou absurd care se luptă cu morile de vânt ale terapiei. M-am apucat să citesc biografia lui Steve Jobs. Dacă tot aveam pretenţii de mare om, măcar să aflu ce viaţă a avut un individ care chiar realizase ceva enorm. Era fascinantă traiectoria fondatorului imperiului Apple.

Omul reuşise să facă o virtute din perfecţionismul riscant. Îmi dădeam seama că eram o neroadă fricoasă ce nu voia să rişte nimic.

Cu fiecare pagină pe care o citeam îmi propuneam să fac ceva în a-mi pune frica pe goană. Intrasem un pic în vrie, dar m-am cam dărâmat după weekend.

După cele două zile de muncă, duminică 23 martie, dimineaţa când am ajuns acasă m-a cuprins o jale mare. Mă simţeam singură, eram obosită şi mi-ar fi prins tare bine puţină îmbărbătare şi afecţiune. Nu aveam de la cine să le primesc. Aşa că mi-am luat pisica în braţe, pe săraca Tobi şi am plâns cu sughiţuri până m-am liniştit şi am adormit.

Până la terapie am terminat cartea. Concluzionasem că Jobs reuşise să scoată un beneficiu din mai tot ce îi oferise viaţa. Avusese abilitatea de a se mula pe caracterele şi personalităţile oamenilor fără a-şi pierde vreun moment propria-i identitate.

Mi-am spus că dacă tot îmbrăţişasem în scrierea mea discursul agentului, atunci hai să-l iau în serios şi în viaţa reală. Să dau de-a binelea mâna cu terapia ca să mă scap de frică, să-mi repoziţionez trecutul.

Din goana mea nebună după a obţine un rezultat bun cu terapia am încercat să mă fac frate cu dracul emoţional al agentului.

Vine entitatea terapeutică. Povestesc un pic despre părintele companiei Apple. Apoi încep să mă plâng că trecutul este cel care m-a învăţat să fiu fricoasă.

Ştiţi, îmi ziceaţi de recadrarea trecutului. Să zicem că de acolo s-a născut scârboasa asta de frică care nu mă lasă să încerc să fac şi eu mai multe, să risc.

Sentimentele amalgamate şi ambivalente din trecut pot fi recadrate şi vindecate printr-o retrăire a momentelor din perspectiva unui prezent.

Aha. Şi cum faci?

Mai întâi are loc o deblocare.

Cum?

A-ţi da voie sentimentelor să curgă.

Strâng din dinţi şi înghit în sec. Mi-e silă. Dar hai să încerc şi curgerea. Uneori calea către rai e plină de orori şi încâlceli zăpăcitoare.

Bun le dau voie să curgă şi apoi presupun că le diferenţiez şi delimitez şi le asum pe alea bune. Aşa-i?

Deşi sincer mi se pare o cazną idealistă…

Astfel se vindecă şi auto-pedepsirea ce mi-am impus-o în trecut prin a mă închide în faţa realităţii. Observ, diferenţiez şi îmi asum.

— Da, înţeleg, mi-aţi mai spus de multe ori asta. Nu există o metodă prin care să ajung mai repede la sentimentele alea?

— *Există o tehnică de terapie cognitiv-comportamentală. Se are în vedere delimitarea şi măsurarea sentimentelor pe care le-am trăit în timpul unei săptămâni*.

Cum?

Pe o scară de la 1 la 10 m-am simţit tristă sau bucuroasă de nota…

Sau am simţit plăcere sau durere.

Sunt difuze, nu invită asumat.

De ce?

— *Sunt individuale, fiecare are propria lui accepţie a plăcerii sau durerii. Încearcă construcţia semantică la un sentiment diferenţiat*.

— Nu înţeleg.

— *Atestă nediferenţiere. Plăcerea şi durerea există şi la animale*.

— Nu neapărat. Când eram mică cea mai mare durere era când nu eram băgată în seamă. Asta înseamnă că eram un animal?

— *Se poate ajunge la o vindecare a abandonului*.

Excepţional, iar îmi vâră abandonul pe gât. Hai să mi-l însuşesc. Dacă tot mi-l vinde de atâţia ani…

— Aha, deci asta să fie sursa fricii mele, abandonul.

Am mai discutat-o noi când era cu bâţâiala.

— *Abandonul generează sentimente de frică*.

— Şi cum vindec eu abandonul, dacă jumătate din familia mea a dat ortul popii? Probabil că prin mama, săraca.

Trăirea conexiunii cu mama la momentul de aici şi acum, în toată intensitatea ei.

Păi eu trăiesc intens cam tot ce trăiesc. Nu v-aţi dat seama că am un temperament coleric?

Poate fi ajustat prin momente de reflecţie, relaxare şi linişte.

Nu ştiu ce să zic. În copilărie nu stăteam locului nici când eram singură. V-am povestit că am mânjit pereţii cu caca de mai multe ori? Şi acum mă amuză umorul fecal. Ce părere aveţi?

Râde apoi îmi zice ceva care mă face şi pe mine să râd.

Caca mare, *caca moale*. *Demonstrativitate*, *caca pe pereţi*.

Închei şedinţa într-o notă voioasă dar tot sunt scârbită de abandon şi curgerile sentimentale. Poate de aceea îi şi vorbisem de caca.

Însă până la şedinţa următoare mă îndârjesc să scot din mine efuziuni emoţionale. Observ că nu prea am ce, în afară de furie, ciudă, încrâncenare şi patos. Sigur mi-ar fi dărâmate de agent, că-s prea intense. Sunt fraieră, nu văd că de fapt pe toate le percep şi simt intens, de acolo şi frica enormă.

Mă duc la mama întru a-i veni de hac abandonului. Dânsa mă invită să stau la ea în braţe la un moment dat. Chiar înainte să-i zic ceva de abandon. Îmi amintesc că îmi făcuse acelaşi lucru şi la două zile după succesiune. Făcusem mişto de ea.

Măi mamă, am aproape 30 de ani, am luat şi o casă şi tu vrei să mă ţii în braţe?!

Păi de ce nu draga mamii?

Că sunt grea… Dar oricum tu mă mai iei aşa în braţe din când în când…

Păi vezi… Hai la mama…

Stai aşa.

Îmi vine o idee. Mă duc să îmi iau din camera cealaltă o tichie cu care mă căpătuisem când îi mutasem troacele verişoarei. Era un obiect teribil de amuzant. Putea fi foarte bine şi pentru o slujnică, dar şi pentru un sugar. O pun pe cap. Îmi fac apariţia. Mama şi prietenul cu care eram încep să râdă în hohote. Mă pun la mama în braţe şi dau indicaţii să mi se facă o poză.

Acelaşi lucru îl fac şi de data aceasta. Mă pun la ea în braţe şi îi arăt şi poza de data trecută. Izbucneşte în râs şi mă strânge tare în braţe.

E bine. Nu înţeleg de ce agentul zice că n-am conexiune intensă cu mama.

Totuşi aduc în discuţie abandonul. Mama îmi spune că nu m-a perceput vreodată ca un copil abandonat, nu tânjeam după afecţiune, ci după tărăboi, zăpăceală şi atenţie.

Vine terapia. Încep să vorbesc de furie, ciudă, încrâncenare şi patos. Mi se spune că *sunt amalgamate*, *se necesită acceptarea şi asumarea lor*, *pentru ca apoi să vină creşterea*.

Îmi vine să mă iau cu mâinile de cap. Mă stăpânesc. Încep să-i povestesc de cum am fost la mama şi cum ea oricum mă ţine în braţe din când în când. Când îi arăt poza face o grimasă.

Aşa rău e în poză?

Tu ce crezi?

Că e bine, e rost de spirit ludic.

Oftează. Îşi plimbă puţin ochii dintr-o parte în alta. Opa, se pregăteşte să-mi spună ceva mintos. Începe prost, mi se adresează cu a mea poreclă din copilărie.

Vio. *Explorarea şi interacţiunea pot fi o soluţie la negarea înţărcării*.

— Deci poza vă zice că sunt nediferenţiată de mama ca ăla micu’ care încă suge. Poate încrâncenarea în starea asta e baza comportamentelor şi reprezentărilor mele rele…

Te poţi concentra pe unificarea emoţiilor şi acţiunilor adaptabile.

Da, o să merg până în pânzele albe până o să izbutesc. Aşa cum a făcut şi Jobs.

Perseverentul e o bază a personalităţii la tine.

Interesant. Mai demult îmi spuneaţi că rebelul. Oricum acum mă interesează focusarea pe delimitarea asta emoţională ca să scap de frică.

Măscăriciul, jocul de control e o formă de manifestare rebelă a perseverentului. La tine rebelul e o salvare

Aaa, deci în poză credeţi că sunt un măscărici?

Tu aşa crezi?

Poate. Dar nu asta e relevant. Ia mai ziceţi cum funcţionează tipologiile astea.

Workaholic e cu îmi fac treaba, rebelul deleagă responsabilitatea, perseverentul e cu asumarea responsabilităţii şi asigurarea securităţii emoţionale, empaticul cu recunoaşterea şi evidenţierea calităţilor celorlalţi.

Se umflă inima în mine când aud ce zice de perseverent. E o super gratificare pe care mi-o face. Nu ştiu dacă îşi dă sau nu seama.

Bun deci acu-s cu perseverentul. Îmi pare bine să aflu. Cum se face că încă n-am încredere în mine şi mi-e frică?

Încrederea presupune vindecarea abandonului, delimitare între aspecte calitative şi limitative, valorizarea mea şi a celuilalt.

— Păi şi n-am făcut noi acum valorizare? Dumneavoastră că mi-aţi recunoscut responsabilitatea şi abilitatea de a face oamenii să se simtă în siguranţă iar mie mi-a părut bine.

— *Valorizarea a suferit pe parcursul lucrului. Furie, măscărici, intrare în act…*

— Dar acum? Cum fac eu valorizare?

— *Să existe o anumită procesualitate, să fie lucrurile aşezate, a te vedea, a alege conştient…*

— Să ştiţi că ce caut eu cel mai mult e respectul.

— *Respectul e apanajul perseverentului.*

Bine şi cum îl obţin?

A fi constant, integrare.

Am început să mă cocoşesc niţel de cum o să fac eu integrare şi o să ajung la ce vreau mai mult pe lume, la respect. Şi şedinţa a luat sfârşit. Fără ca eu să aflu cum dracului scap de frică.

am uitat. Am revenit în forţă la următoarea şedinţă. După ce mai bine de jumătate de şedinţă am vorbit numai banalităţi. Agentul n-avea chef de concentrare. A început colocvial, cu ce mai fac, cum îmi mai merge. Şi eu m-am prins în joc pe banii mei. Am ajuns să ascult nişte platitudini fantastice despre celălalt job pe care îl mai avea entitatea terapeutică.

Probabil se secătuise de atâta post, căci se apropia Paştele. Şi simţea nevoia să se mai şi descarce. Perora tâmpenii. Dar eu tot aveam un respect tăcut pentru faptul că reuşea să facă şi job şi psihoterapie la domiciliu.

Uneori mă gândeam că poate eram singurul pacient al domniei sale. Îmi trecea repede căci îmi tot povestea de alte cazuri pe care le întâlnise. Lucru la ce se ajunsese şi la această şedinţă. Îmi relata despre un caz cu dificultăţi cognitive. Nu aveam cu ce să mă identific, mă plictisea.

La un moment dat i-am întrerupt ca din oală discursul.

Am tot vorbit de recadrarea trecutului şi a sentimentelor. Eu tot n-am priceput cum o fac.

Există mai întâi o perioadă de germinare, apoi de dezvoltare, apoi o finalitate adaptativă.

— Da şi mi-aţi mai zis şi de integrare.

— *Natura perseverentă poate fi flexibilizată, natura rebelă poate fi integrată*.

— Sigur, se face principiu unificator ca la Jung. Da germinarea aia ce face?

— *În germinare sunt alternative, cel puţin trei, şi se face alegerea care are la bază argumente pro şi contra. În urma alegerii decid dezvoltarea*.

— Păi eu ştiu ce vreau. Să mă auto-depăşesc, să scap pe frică, să obţin respectul.

— *Auto-depăşirea presupune optimizare, permeabilizare. Emoţie*.

— Haideţi ca să fiu mai clară. Eu vreau tărie de caracter. Cum vedeţi dumneavoastră caracterul?

— *Caracterul e unitatea dintre a simţi, a gândi şi a face*.

— Excelent, pe aia o vreau.

— *Ai grijă cum alegi*.

— De ce?

— *Alegerea e premergătoare deciziei, o perioadă de negociere. Decizia are punctul stabilizator*.

— Sunt cam tot aia. Decid să aleg? Sau aleg să decid?

E bine să ne ducem dincolo de ambivalenţă şi amalgam. Să comunicăm adecvat.

Păi?

Discomunicarea cu celălalt vine din discomunicarea interioară.

Ori era în epuizare cognitivă şi de aia îmi vorbise de cazul respectiv ori chiar considera că am discomunicare interioară. N-am mai insistat. Am revenit la platitudini.

După şedinţă mă simţeam oribil. Îmi propusesem să mă dau de-a binelea pe brazda afectului, îmi exprimasem onest nevoile şi mă tot loveam de nişte complicăciuni psihologice. Ori în mintea mea era un haos, ori în mintea agentului.

Nu îmi era clar. Şi nici nu-mi permiteam să-i zic că-mi complică analiza cu nişte concepte îndoielnice.

Din nou eram în mare impas cu terapia. Pur şi simplu nu voiam să accept că era cazul să renunţ. Mă agăţam de idealismul meu că din terapia mea trebuia să iasă un sens şi o carte.

Aveam pauză de două săptămâni. Până după Paşte. Mi-am propus să îmi clarific niţel tehnica psihoterapiei cognitiv comportamentale. Că tot îmi menţionase tehnica măsurării emoţiilor care îi era specifică.

Am apucat să citesc Tratatul de Terapie Cognitiv-Comportamentală scris de Irina Holdevici. Cartea o aveam de vreun an, o primise mama de la nişte pacienţi şi mi-o făcuse cadou.

Voisem s-o citesc dar eram în vria scrierilor în engleză. I-o arătasem şi agentului să văd ce reacţie are. Manifestase neutralitate. Aşa că am zis sus şi tare că nu mă apuc să o citesc ca să nu-mi sabotez propria terapie. După care am dat-o uitării.

Mă apuc de lectură. Aflu de distorsiunile cognitive. E prezentat un model – *„trebuie să fac întotdeauna totul perfect pentru a obţine aprecierea celorlalţi”* (Holdevici, 2011, p 31). Nu mă regăsesc. Eu voiam să fac lucrurile perfect întru a obţine puterea şi controlul. Şi dacă am ceva de obţinut sunt mereu dispusă să schimb şi tiparul de gândire, să îl adaptez, ca să iau ce vreau.

TCC-ul nu-i de mine. Literalmente sunt operaţionalizate ca pentru un calculator legăturile dintre gânduri şi stări afective. Eu le văd interşanjabile şi greu de cuantificat. Tot ce contează după mine e voinţa.

Aflu de gândurile negative automate specifice depresivilor, de comportamente adaptative şi de tehnici destinate obţinerii mulţumirii de sine. Regăsesc bună o bună parte a discursului agentului terapeutic.

Dar nu mă identific cu nicio tulburare fobică, depresivă sau anxioasă. Nici măcar psihotică. Drept e că TCC-ul se adresează rezolvării unei probleme pe o perioadă determinată.

Nu acelaşi lucru se întâmpla şi cu terapia mea.

Totuşi, mi-am propus să încerc să-mi iau obiective ca la TEC.

E 23 aprilie, împlineam patru ani de când renunţasem la bâţâială. Încep vitejeşte şi sfârşesc înciudată, cu o mare senzaţie de nevrednicie.

Mie încă mi se pare incredibil că am reuşit să scap de bâţâială.

Nu te păcăli, cu siguranţă mai există reziduuri.

Posibil. Sau alte chestiuni ce aveau legătură cu bâţâiala. Cum era de exemplu lumea fantasmatică. De unde se hrănea perfecţionismul meu. Ia uitaţi ce am citit eu aici – „clienţii perfecţionişti au expectaţii nerealiste în legătură cu modul în care trebuie îndeplinită o sarcină, ceea ce îi determină să amâne realizarea acesteia sau să renunţe imediat ce au început” (Holdevici, 2011, p 153)

Cum te simţi faţă de ce ai citit?

Furioasă! Că m-am complăcut în rahatul ăsta nerealist şi am pierdut timpul.

Furia e un dinamism ne-necesar investit.

— Probabil că o să spuneţi şi că bâţâiala era o furie îndreptată către mine. Eu vreau să las trecutul în urmă! Cum fac?

Asumarea lucrului autentic cu sine.

Nu vă înţeleg. Ce să mai asum?!

Ce consideri că ar mai fi de lucrat la tine?

Poate tendinţa asta a mea de a mă deda plăcerilor.

Exacerbarea principiului plăcerii e o altă furie ca o dinamică ne-necesar investită.

— Nu pricep.

Pseudo-plăcerea apărută în urma exprimării furiei ce dă naştere la joc de putere – îţi arăt eu ţie.

Râd pe sub mustaţă. La mine „las că îţi arăt eu ţie” era un laitmotiv al vieţii. La care nu aveam de gând să renunţ. Să nu uităm că mă lăsasem de bâţâială ca să-i demonstrez agentului că eu pot dintr-odată şi nu treptat ca în fobii.

Sunt cam complicate explicaţiile astea. Nu ştiu dacă ajung prea departe cu ele. M-am tot dat eu pe suprarațional şi n-am făcut mare scofală. Şi acu cu TCC-ul e cam jale.

Ar putea fi o auto-flagelare raţională-cognitivă.

Mă ia râsul.

Hai că aţi scos-o pe asta. Gen intervenţie paradoxală. Râde şi agentul. Îmi mai revin în fire şi expun ce vreau.

Vă spuneam mai devreme ce citisem acolo de perfecţionism. Din frică că n-o să iasă bine eu încă nu mă apuc să fac diverse chestii. Îmi doresc să scap de acea frică.

Te poţi concentra pe ce nevoi ai. *Nevoile sunt diferite de dorinţe*. *Dorinţele pot fi o deformare a nevoii*.

Nevoia e necesară şi utilă.

Aoleu! Oricum o dau nu e bine! Dar credeţi că dacă mă screm pe nevoi o să scap de frică?

Nu e cazul să intri în victimizare.

Atunci se să fac?

Să îmi exprim firesc, util şi necesar nevoile.

De ce?

— *Nevoia e o dorinţă investită motivaţional*. *Necesarul şi utilul au o finalitate adaptativă*.

— Ce beneficiu îmi dă mie asta?

— *Afectiv, statut social, optimizare a resurselor*.

— Afectiv?!

— *Nevoia de a fi în conexiune afectivă e o ch*estiune *reală, inerent umană*. *Afecţiunea contribuie la atenuarea fricii*.

— Cum spuneţi dumneavoastră. Eu am impresia că dacă joc sârba pe câmpiile iubirii nu mai ajung să fac nimic. Eu vreau concentrare şi rezistenţă ca să fac şi eu lucruri mai mari. Mai întâi trebuie să scap cumva de frică.

— *Bine ar fi ca sexualitatea să fie delimitată de afectivitate*.

— Poate, dar nu mă interesează asta. Ci faza cu să

îmi exprim firesc, util şi necesar nevoile.

— *Se poate face o integrare a nevoilor. Integrarea e conştientă.*

— Adică cum fac eu cu afurisitele alea ca să le exprim bine şi să iasă bine?!

Printr-un efort voluntar şi motivant – „de ce fac asta?”

Ca să reuşesc!

Perseverentul nu-şi mai lasă loc şi pentru afect.

Plescăi a dezgust şi mâhnire. Luminata domnie terapeutică îmi spusese că frica dispare prin afecţiune.

O dau pe afecţiune. Şi sfârşesc prin a-mi povesti cu emfază faptele de vitejie sexuală. Şi cum vreau eu să fiu lăsată în boii mei imediat după ce am juisat. Încerc să explic că nu prea le am eu cu afecţiunea aşa din născare. Dacă le-aş fi avut atunci aş fi căutat îmbrăţişările şi pupăturile părinţilor. Sau afecţiunea post-coitală. Sau romanţele. Sunt combătută. Mi se subliniază iar că bâţâiala era o formă de auto-afecţiune şi un mod distorsionat de a cere afecţiunea.

Degeaba zic eu că am nevoie de afecţiune doar uneori, atunci când sunt în pase proaste. Şi că o cer şi o primesc şi nu-i duc lipsa. Mi se explică că afectivul dezvoltă individul.

Chiar încep să mă gândesc că din cauza afecţiunii mele slab reprezentate am frică mare. Şi frica mă face nevrednică în a realiza lucruri măreţe.

Până la şedinţa următoare fac experiment. Mă dedau la afecţiune cu un partener. O cer explicit, zic că vreau să fiu romantică, să fiu ţinută în braţe şi pupată. Sfârşesc prin a-l lega şi a-l molesta. E aberant să îmi propun afecţiune dacă eu nu o simt.

La şedinţă nu povestesc ce am făcut dar încerc să-mi susţin punctul de vedere că fiecare are propriile sale nevoi afective. Mai mult sau mai slab reprezentate, din născare. Nu reuşesc decât să stârnesc un elogiu al dezvoltării emoţionale şi al abandonării în bonding afectiv. Revin la

exprimarea firească, utilă şi necesară a nevoilor.

Sunt îndopată cu acel confort afectiv care ne face încrezători şi hotărâţi. N-am inspiraţia să spun că fiecare om are propriul său tip de confort afectiv.

Şi al meu este mai degrabă dincolo de bonding. Dar bazat pe respect, loialitate, devotament. Să ştiu că lumea are încredere în mine că pot şi că este acolo să mă susţină când o cer. Acesta e confortul meu afectiv.

Am avut gură să i-o spun şi m-am scăldat într-o discuţie contradictorie despre nevoile afective. Care m-a lăsat cu gura pungă şi sufletul înciudat.

Noroc că am avut un vis interesant. În care mi se arăta că de fapt ştiu să îmi exprim firesc, util şi necesar nevoile.

5.05.2014, 13: *00*

11: *50 à 12*: *55*

Taman ce m-am trezit dintr-un vis oarecum derutant. Se făcea că era o zi ca cea de azi, trebuia să mă duc mai întâi la recuperare şi apoi la muncă. Nu ştiu exact de ce mă aflam într-un metrou ce duce spre Crângaşi şi cum necum am ratat staţia la care trebuia să cobor pentru a ajunge la Unirii. Cum metroul şi staţia ce a urmat s-au transformat, m-am lăsat furată de peisaj şi am uitat complet că trebuie să ajung la recuperare. Era un melanj ciudat de elemente ce-mi amintea de cazinoul din Constanţa, tarabele şi tramvaiul de la Dragonul Roşu şi linia de tramvai din Ghencea (capătul lui 41). Chiar aşa arăta staţia la care m-am trezit din contemplarea peisajului, precum capătul tramvaiului 41 şi am decis să cobor în ideea de a lua metroul înapoi şi a ajunge la muncă. De cum am coborât m-am rătăcit cumva printre ieşiri şi în loc să ajung pe peronul de unde luam metroul înapoi am ieşit la suprafaţă unde era o staţie de tramvai, tot ca cea a tramvaiului 41. Se prezenta într-un eclectism bizar, pe o parte erau blocuri comuniste, pe cealaltă parte era un soi de maidan cu copaci şi un cimitir. Am luat tramvaiul o staţie, era deja seară şi plin de oameni. Apoi

am coborât şi l-am luat înapoi. Şi ce să vezi?

Staţia de la care pornisem se transformase, dispăruseră copacii şi cimitirul şi facilităţile pietonale. Am coborât şi nu exista niciun fel de refugiu pentru călători, care erau siliţi să se strecoare printre tramvaiul ce se punea în mişcare şi un gard decrepit ca la ţară. Mai rău, eu în loc să o iau cu puhoiul de călători în stânga de cum am coborât, am luat-o în dreapta şi era cât pe ce să păţesc ceva rău. Cel puţin aşa simţeam în vis, că sunt lipsită de energie, orientare şi nu reuşesc să-mi controlez şi direcţionez corpul aşa cum se cuvine şi cum pot. Am luat-o eu în dreapta, mai veneau câţiva călători să stea în aşa-zisa staţie dintre gardul de ţară şi gardul de tramvai. Hop mă împiedic şi cad cu un genunchi într-o gropiţă în care am crezut că e apă. De fapt era un soi de pietriş, plin de praf din acela gri-bej, amestecat cu noxe. O femeie m-a ajutat să mă ridic şi am dat să îmi continui traseul, să trec de refugiu şi să ajung la metrou.

Dau peste altă dandana. Gardul de ţară era aninat de un soi de arcadă din beton care mă obliga să merg gârbovită pentru a putea trece către metrou. Mai mult, tramvaiul se pusese în mişcare şi mă gândeam că sunt în pericol de a mă accidenta. Curios, mi-am păstrat calmul şi am trecut cu bine de arcada ciudată, folosindu-mă de mersul piticului. Am devenit chiar relaxată şi fascinată de tot ceea ce era prin jur. Am ajuns imediat la staţia de metrou, încântarea visului s-a înteţit.

Era aşa un amplasament făcut cu travertin, ca unele dintre casele interbelice din Eforie Nord, ticsit cu oameni şi tarabe. Mă urc în metrou. Începe altă incursiune condimentată cu efort şi lipsă de energie. Metroul era ca un tren, nu exista platformă şi a trebuit literalmente să mă caţăr pe scara vagonului. Simţeam că mă trage fundul în jos şi nu voi reuşi să-mi salt corpul în vagon. Dar mi-am zis că dacă ceilalţi pot să facă asta, cu siguranţă pot şi eu. Un început de energie mi-a traversat corpul şi m-am săltat în vagon.

Efortul mi-a pricinuit dispariţia acelei stări de

moleşeală corporală şi am înaintat încrezătoare în vagon. De aici lucrurile au luat o turnură interesantă, eram în mijlocul unei petreceri în vagonul de metrou. Vagonul era ticsit cu camere şi cămăruţe, întocmai cum îmi imaginam eu că arăta settingul din „La Ţigănci". Chiar asta am şi gândit în vis, că mă aflu într-un fel de metrou „La Ţigănci". Intru în una din încăperi şi mă întâmpină o ceată de băieţi ce petreceau de mama focului. Au fost încântaţi să mă vadă, m-au invitat să petrec şi eu cu ei. Erau cam insistenţi şi unul m-a luat de mijloc. I-am spus că o fi el frumuşel, dar eu am de ajuns undeva, nu am vreme de petrecut cu dânsul. şi l-am invitat la rându-mi să-mi prezinte mai bine petrecerea lor, care din ce înţelesesem până atunci din discuţiile lor, se desfăşura în tot trenul.

A venit cu mine. Mi-a prezentat alţi prieteni frumuşei şi tinerei de-ai dânsului. I-am întâlnit în tot felul de compartimente, cu diferite aranjamente ce oscilau între modestie şi lux. Parcă toţi băieţii ce mi-au fost prezentaţi mă tentau să stau cu ei, să îi iau la „strâns şi puricat", dar eu aveam incursiune de urmat şi nu timp pe plăceri de dat.

În cele din urmă am făcut cunoştinţă cu fata femeie care se ocupa de organizarea întregii petreceri. Aşa am aflat că era un fel de parteneriat cu o companie. Aceasta îşi făcea publicitate prin a asigura astfel de petreceri clienţilor ce câştigau concursul pe care compania îl avea în joc. Am solicitat mai multe amănunte, mi-am exprimat mirarea în faţa unui astfel de concept. Între timp am rămas doar cu fata femeie care mi-a prezentat câteva compartimente, mai luxoase. Apoi mi-a oferit un soi de card ce îmi asigura acces liber la toate petrecerile lor. Nu avea numele meu trecut, dar scria „trece-ţi numele de posesor aici", m-am gândit în vis că este un prilej simbolic de a-mi stabiliza identitatea, am mulţumit, am coborât la staţia următoare şi m-am îndreptat către muncă. După care m-am trezit cu cinci minute înainte *de a-mi suna alarma.*

Visul a început cu o stare de inadecvare şi neputinţă. Îmi arăta că făcând scap de moleşeală şi frică. Că am o

curiozitate mare şi o dorinţă de a avea o altă cale ca a majorităţii. Şi că n-am timp de pierdut în plăceri. La sfârşit mi-a dat o senzaţie că pot, să mă exprim, să mă stăpânesc, să reuşesc şi să ajung cineva.

Citesc visul la terapie.

Aflu nişte bazaconii de stă mâţa în coadă:

Ratarea staţiei la care trebuia să cobor semnifica lipsa alegerilor mele conştiente

Prezenţa cimitirului releva faptul că procesul de integrare a doliului nu era finalizat

Dispariţia cimitirului semnifica faptul că doliul e negat, nu e consumat

Faptul că am luat-o în direcţia opusă puhoiului de călători şi mă simţeam lipsită de energie simboliza travaliul meu de a mă pune în matcă, în a-mi asuma responsabilitatea propriei existenţe

Gropiţa în care credeam că e apă semnifica obiceiul meu de a supradimensiona anxios, văleleul, drobul de sare

Arcada din beton care mă obliga să merg gârbovită era accidentul de maşină pe care îl suferisem

Când mi-am spus că „dacă ceilalţi pot, atunci pot şi eu” atestam ieşirea din dependenţă şi victimizare Eram de acord doar cu ultimul punct. Care îmi părea un fel de Sfânt Graal, era încrederea că pot, ieşirea din frică. Şi agentul mi-o confirma. De aceea am avut răbdare să notez şi să parlamentez pe marginea a ceea ce mi se spunea.

Ce rol credeţi că are visul ăsta în viaţa mea?

Integrând itemii din vis în stil spirală încep construcţia.

Mmm, bate câmpii cu graţie. Sau poate nu.

— Păi nu am început-o de când hău?

— S-*a deschis drumul construcţiei iar visul a arătat disponibilitatea către construcţie şi punctele ce trebuie a fi lucrate şi integrate*.

— Aha. O să ziceţi că lipsa alegerilor conştiente.

Amalgamul, nediferenţierea.

Pulsiunea, lipsa de control. Dar în vis am reuşit să mă stăpânesc în a nu-i lua la puricat pe cei frumoşi.

Mi-am văzut de drum.

Ar mai fi nefinalizarea doliului, accidentul ca manifestare insidioasă a doliului negat. Ieşirea din dependenţă, responsabilitate, responsabilizare, asumare.

— Parcă deunăzi îmi spuneaţi că sunt perseverent şi ăla e responsabil. Deci ar fi aia cu încrederea că pot şi eu. Acest punct mă interesează în mod explicit.

— *Încrederea în forţe proprii duce la asumare şi responsabilitate*.

— Mai degrabă la a te ţine cu dinţii de ceea ce eşti. De aia la sfârşitul visului mi se înmâna un card unde puteam scrie numele meu. Să am încredere că sunt ceea ce sunt, nu în ce mi s-ar spune că aş putea fi.

Consecutiv încrederii e identitatea. Încrederea e o componentă necesară a procesului de individuaţie, de maturizare.

Prinsesem entitatea terapeutică cu mâţa repetiţiei absurde în sac. Şi ca să scape o dădea pe individuaţie. Ştia că am o slăbiciune pentru Jung. N-am făcut tărăboi. Ci m-am concentrat pe ce mă interesa.

Încrederea aia deficitară e buba mea. Vreau să diferenţiez ce vreau şi s-o fac bine.

Diferenţierea are ca şi criteriu necesarul şi utilul, şi ţie îţi este bine şi celuilalt îi este bine.

— Haideţi să nu începem iar cu afectivitatea. Nu mă interesează. Eu vreau o amărâtă de încredere în mine şi o tolbă cu realizări. Să am curaj să îmi văd de curiozitate şi de drumul meu atipic.

— *Acceptarea părţilor mai puţin dezvoltate din noi şi din ceilalţi permite o diferenţiere dincolo de orgoliu*.

Era incorigibilă entitatea terapeutică. Orice tentativă a mea de a mă diferenţia aşa cum voiam era băgată în câmpul orgoliului. Aveam impresia că avea ceva împotriva mea, voia să-mi fure zvâcul, energia şi gândirea atipică.

Aveam să-i arăt eu într-un fel sau altul cine e de fapt

zbirul orgolios.

Degeaba îmi propusesem eu să scot ce-i mai bun din terapie că sfârşisem într-o bolnavă competiţie cu entitatea terapeutică.

Nici n-am stat să îmi interpretez visul. Printre altele îmi arăta şi că era cazul să dau uitării terapia.

În primul rând, prezenţa unui cimitir atesta chiar ieşirea din doliu. Poziţionam trecerea în nefiinţă a persoanelor apropiate acolo unde îi era locul, la cimitir. Nu în viaţa mea de zi cu zi, aşa cum îmi tot insinua agentul.

Cimitirul, copacii şi facilităţilor pietonale dispăruseră. Copacii, ştiu din testul proiectiv al drumului, semnifică afecţiunea. Facilităţile pietonale puteau fi direcţiile pe care le tot aflam de la agentul terapeutic, cum că ar fi fost bine să îmi fi luat un job obişnuit şi să caut o viaţă de cuplu obişnuită. Sau să fiu responsabilă, deşi eram responsabilă. Sau să îmi asum lucrul autentic cu mine deşi îl asumasem cu totul şi îmi era distrus. Nu mi se lua în serios voinţa de a avea tărie de caracter şi îmi era vârât pe gât bondingul afectiv, deşi eu doar voiam să scap de frica generală de eşec social şi nu manifestam dificultăţi în interacţiunea cu partenerii sau alţi oameni apropiaţi.

Nu aveam nevoie de doliu, de bonding afectiv şi de un job stabil sau de o relaţie de cuplu clasică. Aş fi vrut să am curajul să îmi risc toată averea şi să încep o afacere. Iar partenerul aveam să îl descopăr eu fix la momentul oportun, exact cum mi se întâmplase cu finlandezul.

Ca să fi făcut toate acestea trebuia să dispară influenţa terapeutică. Dar nu. Eu o menţineam. Şi mă zăpăceam. Ca să am apoi la cine să mă plâng. Influenţa terapeutică era portretizată de femeia care mă ridica din căzătură. În ce căzusem? În influenţa terapeutică. Credeam că îmi dă viaţă, că e apă în gropiţă. Dar nu. Era un praf cu noxe, ca reziduurile de bâţâială pe care mi le înainta.

Când m-am ridicat am dat de dandanaua care mă obliga să merg gârbovită. Putea fi o anticipare a viitorului.

Cum m-am simţit eu timp de şase luni cât am scris cartea acesta. Cocoşată şi înaintând cu mersul piticului, neajungând niciunde. Şi mi se spunea că era stare de cocon.

De fapt era revoltă înăbuşită şi durere.

Că scriam sute de pagini de inepţii. Timp în care mă simţeam odios, fără energie şi orientare, exact ca în vis.

Dar mi-am păstrat calmul, până în ultimul moment. Aşa am obţinut izbăvirea, mi s-au cerut drepturi de autor pe nepusă masă. Şi pac m-am găsit pe mine şi m-a cuprins fascinaţia. De ce?

Scăpasem de farafastâcul sforăitor al primenirii. Găsisem sensul terapiei. Şi anume că m-am folosit de ea întru a mă confirma pe mine şi a mea voinţă de putere şi control.

Nu mi-a fost uşor să admit că am fost într-un război permanent cu terapia pe care am făcut-o. Şi că am încercat să obţin gratificarea ultimă a agentului pentru titanicul meu demers. M-am simţit în pericol de a mă pierde pe mine preţ de câteva zile.

I-am dat înainte şi am început să văd lumea prin propriile mele filtre. Aşa am scăpat şi de moleşeală şi de frică. Şi mi-am găsit identitatea.

Ca să ajung acolo am mai trecut prin multe cazne.

Pentru că mă încăpăţânam ca un catâr să nu renunţ la terapie.

După ce am văzut că faza cu brazda afectului nu merge am intrat într-o altă etapă. Cea a competiţiei cu agentul terapeutic.

Îmi spusese că era cazul să îmi exprim firesc util şi necesar nevoile. Îi spusesem de realizări şi încredere în mine şi nu mă luase în serios.

Atunci am intrat automat pe pilotul automat al lui lasă că îţi arăt eu ţie. Am isprăvit tratatul de terapie cognitiv comportamentală.

Mi-am făcut câteva notiţe schematice care să îmi înlesnească o argumentaţie clară în faţa agentului.

A avut loc o şedinţă de pomină. M-am simţit în avantaj din punct de vedere al informaţiei şi al concluziilor pe care le aveam. Dar incapabilă să-mi susţin calităţile şi limitele în faţa agentului.

Am început în forţă şi am sfârşit cu coada între picioare. Din neîncredere în mine.

De la competiţie la durere.

— Uitaţi ce se spune aici. Membrii familiei îşi creează o lume proprie datorită modului în care interpretează ceea ce li se întâmplă. [...] Distorsiunile cognitive stau la baza tulburărilor emoţionale (Holdevici, 2011, p 552). Vorbeam de recadrarea trecutului. Ce ar fi de făcut? M-aş putea concentra pe descrierea mediului în care am trăit.

Agentul se uită lung la mine şi bagă discursul obişnuit.

— Poţi relua un moment punctual şi îl poţi recadra aici şi acum.

— Nu. Ce scheme dezadaptative am avut la bază? Ce scheme am dobândit? Cum pot fi fluidizate, transformate din distorsionat şi disfuncţional în adecvat şi funcţional? E fix ce tot întreb eu de ani de zile, ce pot face.

Păi cum poţi face?

Luând în calcul cum îmi desfăşor interacţiunea cu mediul, cum fac evaluarea, emoţiile şi comportamentele determinate de schemele cognitive de bază, interpretarea situaţiilor.

— Poţi alege o situaţie şi îi poţi face aici şi acum o analiză.

Şi credeţi că asta va contribui la restructurarea schemelor cognitive disfuncţionale?

Schema e algoritmică şi restrictivă.

— TEC-ul spune că schema cognitivă determină atitudinea faţă de sine, lume, viitor, viaţă de familie. Schema e un model sau o structură impusă asupra datelor realităţii sau experienţei, care permite explicarea a ceea ce se petrece, medierea percepţiilor şi dirijarea reacţiilor (Holdevici, 2011, p 605). Eu vreau s-o dau pe schemă ca să

îmi iau încrederea în mine. Să o am când interpretez informaţii, când rezolv probleme, când îmi semnific evenimentele din viaţă.

Noi nu facem TEC. Avem uneori aspecte pe care le lucrăm folosindu-ne de TEC.

Sănătos ar fi fost să întreb ce tip de terapie facem. Dar nu. I-am dat înainte cu ce îmi planificasem.

Mie mi se pare fascinant că sunt nişte variabile care ne influenţează. Cum pot eu să îmi modific *atenţia selectivă*, *atribuirile*, *expectaţiile*, *supoziţiile*, *standardele*?

E un lucru care se face punctual, în funcţie de situaţie.

Cum fac eu ca să mă pot stăpâni aşa cum se cuvine?

Comunici autentic, îţi dai voie…

— Cum îmi dau eu voie să îmi modific structurile persistente de emoţii, amintiri, cogniţii, senzaţii corporale, referitoare la propria persoană şi la relaţiile cu ceilalţi? Cum să scap de caracterul rigid al schemelor? Cum recadrez schemele alea dezadaptative dobândite în copilărie?

Bine ar fi să încerci să iei lucrurile pe rând.

Le iau pe rând ca să mă fac înţeleasă. Ideea e că trebuie să modific ceva ca să scap de frică. Eventual să satisfac ceva. TCC-ul zice că la originea schemelor cognitive disfuncţionale se află cinci trebuinţe nesatisfăcute: nevoia de ataşament (securitate, stabilitate şi nurturanţă), nevoia de autonomie, competenţă şi identitate personală, nevoia de libertate în a exprima propriile trebuinţe şi emoţii, nevoia de spontaneitate, trebuinţa ludică, nevoia de limitări realiste şi auto-control.

— Ce nevoie nu ţi-a fost satisfăcută?

— Aia de autonomie, competenţă şi identitate personală.

Cum crezi că s-ar putea rezolva?

Asta ar trebui să vă întreb eu pe dumneavoastră. O să-mi spuneţi că nu-mi puteţi da reţete. Da, zic ăştia aici în carte de relaxare, antrenament asertiv, managment stări

afective negative. Asta cu stăpânirea afectului prost mi-am însuşit-o. Am trecut de frica de lucrare, am făcut fix ce trebuia la succesiune. Ar mai fi şi strategiile de autocontrol. Să îmi pun limite realiste, care să mă ducă acolo unde trebuie.

Pe acestea le poţi privi ca o *gestionare*.

Bine. Cum îmi gestionez „comportamentul, afectele şi cogniţia să funcţioneze armonios şi în acord cu situaţia de viaţă” (Holdevici, 2011, p 701)? Mai simplu spus, cum fac ca să mă stăpânesc mai bine?

Vio… Toate aceste seturi comportamentale pot fi baza unei conduite.

Interesant. Bunica îmi spunea de multe ori că trebuia să am o conduită bună. Dar şi părinţii. Ar fi ceva să am o conduită bună. Cu ce ar putea contribui TCC-ul la o mai bună conduită?

La nivel de TEC se pun bazele unor seturi comportamentale. Introiecţia comportamentului dă conduita. Conduita presupune creştere, dezvoltare, optimizare.

Îmi băga iar creşterea. Era futil. Cum să asociezi conduita sau sinonimul ei, comportamentul, cu creşterea?!

Poţi vorbi despre deprinderile morale, politeţe, bunele maniere, obiceiurile şi atitudinile bune.

Din păcate n-am realizat acest lucru atunci. Am înghiţit găluşca creşterii, m-am simţit câteva minute bune de nimic. Nu eram nici măcar dezvoltată şi crescută şi eu voiam să scap de frică?

Am schimbat subiectul, ca să scap de furie şi tensiune. Am vorbit pe nepusă masă despre emisferele cerebrale şi testul arborelui. După care am revenit.

Eram absurdă, dar voiam ca în polobocul meu plin să fie şi finalizarea adecvată a terapiei.

— Haideţi, fiţi aici un pic cu mine. Cum fac eu să scot ce-i mai bun din situaţia mea de viaţă, din trecut, astfel încât să funcţionez armonios, şi să realizez lucruri măreţe?

— *În primul rând fără orgoliul şi iluzia perfecţiunii*.

Asta am mai discutat-o de sute de ori. Mă interesează să trec dincolo de nevoia de autonomie şi competenţă personală care nu mi-a fost satisfăcută. Peste trecutul necorespunzător, ca să scap de frică.

Vorbele mari bagă tensiune inutil. Când ai iluzia perfecţiunii, apare blamul, creezi tensiune pe care încerci să o eliberezi prin blam.

Acum n-am blamat pe nimeni!

Acel trecut necorespunzător n-ar fi cumva un insidios blam?

Poate, ştiu şi eu…

Dincolo e blam e asumarea unei conduite potrivite. Punctele comune ale conduite sunt asumarea şi responsabilizarea la nivel de familie şi grup.

Îmi vine să plâng. Tot iresponsabilă mă crede. Mă stăpânesc şi încerc să mă apăr.

Şi cu nevoile şi calităţile mele cum rămâne? Ce asumare şi responsabilizare?! Ştiţi ce fac eu acum? Plătesc în fiecare lună datoria pe care o am faţă de prietena mamei. Adun bănuţ pe bănuţ. La muncă îmi dau silinţa ca să scot mai mult. Cred că până la începutul toamnei o să termin. Nu e asumare şi responsabilizare ce am făcut cu casa?

Agentul se uită un pic contrariat la mine. După care îşi plimbă ochii dintr-o parte în alta şi îmi spune ceva care m-a făcut să mă simt deopotrivă nevrednică şi încrezătoare.

Diferenţierea, identificare calităţilor şi limitelor are legătură cu înmulţirea talanţilor.

Îmi părea că făcusem o apologie TCC-istă pe degeaba. Când tot ce mă interesa era să scap de frică şi să fiu în stare să îmi înmulţesc talanţii.

Puteam să-mi iau un „coach” şi să încep o afacere. Nu să fac sforăială competitivă cu al meu agent terapeutic. Care îşi trăise traiul şi îşi mâncase mălaiul. Scăpasem de abuzul de substanţe psihotrope, de zgândărirea zgaibei, de bâţâială, îmi renovasem apartamentul, îmi scrisesem

dizertaţia şi mai aveam puţin şi terminam de achitat şi prima casă aflată pe numele meu.

Un prieten bun îmi spunea cu regularitate că am cam epuizat competenţa entităţii mele terapeutice şi ar fi cazul să închei.

Se realizaseră o sumedenie de lucruri benefice mie. Chiar dacă cele mai multe apăruseră din revolta mea, voinţa mea de a-i face în ciudă entităţii terapeutice şi de a-i controla dinamica. Îmi dăduse motive să mă alterez în percepţii şi să fac, să îmi pun la treabă voinţa şi încăpăţânarea.

Indirect chiar îşi făcuse datoria. Eu tot insistam să îmi dea mai mult, deşi evident nu avea ce.

Eram orbită de a mea dorinţă de a-mi finaliza terapia cu un sens şi o carte. Eram în stare să merg până în pânzele albe pentru a o obţine. Eram o idealistă răzvrătită.

Preţ de şase şedinţe, până când am intrat în cea mai lungă vacanţă terapeutică pe care o avusesem vreodată, am avut o negociere continuă cu agentul. Îi tot aduceam în prim plan necesitatea de a mă exprima cu folos şi de a-mi însuşi o conduită benefică pentru a-mi înmulţi talanţii.

Încercasem să aflu o explicaţie pragmatică a conduitei şi îmi era prezentată drept *„bună cuviinţă”*. Degeaba argumentam eu că fiecare are propria percepţie a bunei cuviinţe. Mi se spunea că *„nu e o regulă sau o limitare, ci un dat firesc al lucrurilor, o bunăvoinţă, o bună măsură, un rost universal”*.

Cică *„noi oamenii suntem datori să împlinim rostul”*.

— Adică cum?

— *Creşterea noastră, a fi utili celorlalţi, a vedea darurile. Rostul nostru este să ne creştem ca oameni.*

Iar îmi ţinea un discurs desprins din cuvântarea unei preot. Şi eu nu protestam.

Mă îndârjeam să explic cum expectaţiile şi standardele mele se necesită a fi ajustate în logica necesarului şi utilului. Doar pentru a-i da peste nas.

Nu se sesiza. Îmi zicea că *„ajustarea necesarului şi*

utilului sunt măsuri şi valori ale lucrurilor, buna măsură, buna cuviinţă a lucrurilor”.

Făcea o ameţeală palidă. Eu iar încercam să-i arăt că bate câmpii spunându-i că trebuie să existe un punct de pornire în a structura buna-măsură.

Degeaba. Îşi continua ameţeala şi introducea şi mult iubitul orgoliu – *atunci când este conştientizată necesitatea şi utilitatea acţiunilor dispare orgoliul şi perfecţionismul şi apare bucuria interioară care este independentă de gratificări şi confirmări exterioare*.

Insistam să mi se dea exemple concrete ale necesarului şi utilului.

Mi s-a făcut oda bunăvoinţei. Cică *conţine coerenţă, substanţă, rost, fluiditate existenţială*.

Eu susţineam că bunăvoinţa e ceva vag, eventual o caracteristică a oamenilor toleranţi. Aşa am aflat că

„*Mi-am făcut un titlu de glorie din probarea limitei umane a răbdării, comportament repetitiv, reactiv, agresiv de obţinere a atenţiei ce venea la pachet cu măscăriciul şi principiul plăcerii*”.

„*Căutam atenţia cu orice preţ, chiar dacă eram certată şi ocărită. Dat fiind că s-a întâmplat aşa am ajuns să nu diferenţiez între sancţiune şi bunăvoinţă. Mă aşteptam ca în orice moment să fiu sancţionată pentru ceva. Şi, pentru a scăpa de tensiune făceam şi mai urât. Bunăvoinţa celorlalţi o confundam adesea cu ajunsul la capătul răbdării*”.

M-am înfuriat şi i-am zis că bunăvoinţa poate fi asociată şi cu o lipsă de caracter. Pentru a-şi compensa lipsurile oamenii sunt binevoitori. Evident că mi s-a spus că „sunt în gândirea copilului care nu sesizează nuanţele”.

A-mi sfârşit prin a-mi face mea culpa că am dus lucrurile la extrem tocmai pentru a-mi crea prilejul de a înţelege cum funcţionează bunăvoinţa.

Mi s-a spus că „pot lăsa lucrurile să curgă dincolo de supra-raţionalizare”.

Măcar un lucru înţelesesem. Entitatea terapeutică

îmi băga curgerea atunci când era în impas cognitiv.

Poate şi când îi venea să facă pipi.

Îmi alinam ciuda şi dispreţul cu nişte cinism. Nu renunţam.

Am mai adus în discuţie frica mea de a face lucruri îndrăzneţe, neîncrederea în mine atunci când vine vorba să îmi asum ceva riscant. Mi s-a explicat că *„asumarea peste limită poate fi manipulare sau iluzia puterii, care vine în contrabalans cu anxietatea neputinţei”*.

Am schimbat argumentaţia. Am spus că îmi doresc cea mai mare independenţă posibilă. Am aflat că *„independenţa se bazează pe cât pot, cum pot, stabilire de limite, e dincolo de orgoliu şi iluzia puterii”*.

Refuzam să accept că agentul terapeutic era blocat în aceleaşi scheme prescriptive. Îmi spuneam că poate chiar mă percep distorsionat.

M-am înhămat cu multă răbdare şi umilinţă şi am început să povestesc ce am făcut eu în ultimii ani, cum mi-am învins blocajele şi m-am apucat să fac fără de orgoliu, dar mânată de voinţa de a reuşi. Eram bucuroasă că ajunsesem la o oarecare stare de echilibru şi normalitate. Însă nu mă simţeam împăcată cu mine, ştiam că vreau şi pot mai mult.

Mi s-a prescris să *„îmi stabilesc limitele în corelaţie cu resursele mele, dincolo de orgoliu şi iluzia puterii”*.

Mă loveam de un zid, am amuţit. Era culmea repetitivităţii. Mi-am amintit de acea exprimare firească şi utilă a nevoilor. Am spus că vreau să ajung acolo, să obţin încrederea în mine.

Am primit un feed-back amestecat.

Cică *„încrederea, buna măsură, buna-voinţă, bună-alegere, blândeţea, calmul, înţelepciunea sunt atributele personalităţii mature care a integrat spontaneitatea şi bucuria eului copil şi în egală măsură e un om care e responsabil şi îşi asumă”*.

Era o gargară psihologică tembelă. Dar ştiam că vreau încredere, calm şi înţelepciune. Întreb ce pot face

pentru a ajunge acolo.

Mi se explică că *„mai am dependenţe, lucruri necadrate, neajustate, nepuse la locul lor”*.

Da, aveam dependenţa de agent şi incapacitatea de a pune capăt unui simulacru de terapie. Nu pusesem la locul ei nevoia de a fi izbăvită aprobator de entitatea terapeutică.

Întreb cum se rezolvă dependenţa.

Aflu că *„dependenţa poate fi recadrată în nevoie de afiliere, în a fi alături şi cu celălalt”*.

Era o frecţie psihologică. Nu aveam probleme în a colabora cu oamenii întru a obţine ce voiam. Problema mea era că îmi era frică să îmi risc bunăstarea întru a începe ceva productiv, eventual o afacere.

Munca în bar şi obţinerea casei mă activaseră în direcţia acumulării şi dezvoltării materiale.

Agentul era pe lângă antreprenoriat. Nici măcar un cabinet acreditat nu avea. Făcuse artificiul terapiilor la domiciliu ca să-şi mai scoată un ban.

Ceea ce nu era de dispreţuit. Din contră, îi respectam voinţa de a face bani şi nu voiam să accept că avea o competenţă limitată. Mă îndârjeam să îmi obţin izbăvirea într-un fel sau altul.

Am mai întrebat de dependenţă. A dat-o pe imitaţie şi doliu. Era tot ce ştia şi eu persistam ca neroada idealistă.

La ultima şedinţă de dinainte de vacanţă a avut loc un vălmăşag ciudat, care m-a lăsat îndoită. Pe de-o parte mi-a fost confirmat echilibrul de care avusesem parte în copilărie. Pe de altă parte mi s-a indus iar premisa suferinţei şi traumei.

Era o întrevedere ce avea loc la sugestia agentului, la o zi după şedinţa în care îmi zisese că rezolvarea doliului m-ar putea scăpa de dependenţă.

A insistat „să merg pe mâna domniei sale” şi să am încredere că e bine. Am acceptat, deşi îmi era clar că specula ceva cu doliul.

Încep uşor agresiv, mă cam enervase că îmi băgase

cumva cu forţa şedinţa pe gât. Puteam să fi spus nu, dar nu aveam suficientă încredere în mine să o fac.

În ultima vreme am tot vorbit de ce pot face eu ca să dobândesc încrederea în mine, dar nu mi se pare că am ajuns la vreo concluzie coerentă. Parcă batem ritmul pe loc. Bun am înţeles că trebuie să-mi exprim necesar şi util nevoile. Nu e suficient.

O altă variantă întru construirea independenţei este să reunesc aspectele adaptative dintre cele două faze, rebel şi perseverent.

Adică ce?

Perseverentul îi dă structură rebelului. Rebelul îi dă spontaneitate perseverentului. Integrate, cele două aspecte mă eliberează de tensiune şi mă fac să cresc. Mai este necesară şi adăugarea empaticului, care mă face să mă duc dincolo de jocul de control.

Empaticul?!

Din punctul meu de vedere *empaticul îl ai deja bine reprezentat, asculţi, înţelegi*.

Da, lucrez cu sute de oameni în fiecare weekend. Mi-am dezvoltat atenţia, înţelegerea şi stăpânirea de sine. Dacă asta mă face empatică, foarte bine. Nu asta mă preocupă. Vreau să fac cumva ca să-mi iau curajul şi vâna în a face ceva mai mare cu mine.

Împăcarea cu sine, iertarea pot avea un rol semnificativ.

— Ce să mai împac? Am senzaţia că mi-au fost puse la dispoziţie o sumedenie de resurse, materiale, cognitive, sociale. Familia şi părinţii chiar mi-au lăsat ceva ce poate fi valorificat şi m-au expus la multe medii. Am ce îmi trebuie ca să fac şi îmi e frică. Plus că mă simt vinovată că am pierdut timpul de pomană.

Iertarea şi împăcare nu dau voie la fir de blam şi revoltă.

Ce blam şi ce revoltă? Eu am frică! Ştiu că o să îmi spuneţi că am doliu netrăit. Da, m-a durut suferinţa pierderii, dar e normal să suferi!

Agentul face ochi mari.

Vio! Tu ai auzit ce ai spus?

Ce?

„M-a durut suferinţa” e semn de traumă majoră.

Parcă găsise acul în carul cu fân. Efectiv percepeam cum se inflamase. Clar avea propriile-i teorii în privinţa mea. Aveam să i le combat într-un fel sau altul.

— Da? Posibil. Dar ce mă preocupă e că am fost în revoltă în loc să fac.

— *E posibil să fi negat stabilitatea afectivă pe care am primit-o*.

Interesant. Deci credeţi că am avut parte de stabilitate afectivă? Şi o să înşfac echilibrul şi armonia?

Cu siguranţă că ai primit nişte daruri afective de îţi pui problema echilibrului şi a armoniei.

Am început să mă fălesc niţel despre cum voi face şi voi drege eu în cele din urmă. Îmi dăduse un zvâc de încredere. Punând problema negării stabilităţii afective îmi dizolvase frica că nu îmi recadrasem trecutul cum trebuie. Adică de fapt nu aveam ce să recadrez. Că primisem tot ce aveam nevoie.

Numai că agentul nu s-a lăsat de teoria stupidă a domniei sale. A insistat cu doliul şi suferinţa majoră. Mi-a dat şi o temă pentru vacanţa terapeutică: *„să recuperez din memoria afectivă darurile afective şi să îmi dau voie să manifest empaticul deoarece prepară spaţiul interior pentru catharsis, eliberarea de m-a durut suferinţa”*.

Am zis cu jumătate de gură că o să îmi dau silinţa. Iar agentul m-a invitat să îi sun domnia dacă simt vreodată nevoia de încă o şedinţă pe perioada vacanţei. Avea iluzia că am traumă majoră de la doliu.

Era 25 iunie. Până pe trei septembrie am fost scutită de influenţa terapeutică.

Mi-am văzut de acumulare. La sfârşitul lui iulie am terminat de returnat datoria prietenei mamei. M-am simţit tare bine. Casa era cu totul şi cu totul a mea.

La mijlocul lunii august am isprăvit-o şi cu munca în clubul-bar al prietenului.

Mi-am zis că merit o perioadă de relaxare şi contemplare. Să mă decid ce am să fac de la treizeci de ani încolo. Aveam impresia că vârsta de treizeci de ani era începutul maturităţii depline.

Evident că m-am relaxat în stilul meu carnavalesc. Mai bine de un an tot fusesem cumpătată. Aşa că mi-am luat revanşa. Am făcut horă cu Bacchus, cu Dyonisos, cu veselia şi cu poftele cele mari. Pe la mare, pe la munte, prin deltă.

Mi-am sărbătorit în sfârşit polobocul umplut cu o dizertaţie şi o casă.

Parcă îmi şi venea să dau cu mine de pământ că nu o făcusem mai devreme.

Pe 1 septembrie am revenit în Bucureşti. Am reflectat niţel. Vreme de mai bine de un an şi jumătate îi dădusem pe repede înainte şi chiar reuşisem să fac câte ceva. Din ianuarie 2013 până la sfârşitul lunii august 2014 îmi dusesem la bun sfârşit dizertaţia, avusesem o relaţie, descoperisem că îmi place să scriu şi luasem prima casă pe numele meu.

Mă mulţumea că reuşisem să las ceva în urma mea, dar nu mă simţeam împăcată. Voiam mai mult de la mine.

Aveam o oarecare senzaţie de relaxare, obţinusem câteva confirmări concrete ale strădaniilor mele.

Din păcate tot nu izbutisem să-mi închei cu bine terapia. Parcă aveam un ghimpe. Degeaba renunţasem la

Tabloul şi scrisesem peste 100 de pagini. Nu primisem nicio alinare, ci şi mai multă tensiune.

La prima şedinţă de după vacanţă mi-am pus pe tavă nemulţumirea de sine. Şi am intrat în etapa lucrului cu emoţia. Doar – doar să primesc alinare şi izbăvire. Canci. S-a sfârşit într-un presupus complex Electra.

Lucrul cu emoţia a durat din septembrie până în noiembrie 2014. E descris în capitolul următor.

Capitolul XVII. Lucrul cu emoţia

Ultimele trei capitole au arătat goana mea după umplerea poloboculuі. Îmi orientasem către pragmatism pulsiunea mea de a face, de a acţiona. Nu de alta, dar să ajung şi eu un om demn şi respectat.

Făcusem câteva lucruri bune, nu mai puteam spune că intram în acea de-a treia decadă a existenţei fără să fi lăsat ceva în urma mea.

Mă mai relaxasem. Observasem că fusesem în stare să mă adaptez şi să trudesc ca să duc lucrurile la bun sfârşit, dar tot aveam nişte apăsări pe suflet. Nu mă simţeam suficient de bună la mai nimic. Nu aveam un certificat care să îmi ateste cunoaşterea limbii engleze. Nu terminasem cartea şi nici terapia.

E 3.09.2014. Vine entitatea terapeutică. Îi citesc bucuria pe faţă când mă vede. Eu sunt mai reţinută. N-aş fi voit să mai fac terapie, dar determinarea mea de a termina cu bine ce începusem în urmă cu cinci ani nu-mi dădea pace.

Încep să-mi vărs amarul. Fără a pomeni ceva de mâhnirea ce mi-o provoca prezenţa unei terapii nefinalizate.

Uitaţi am dus la bun sfârşit şi treaba cu casa. Am realizat că sunt capabilă să termin ce încep. Sunt mulţumită.

Te felicit pentru ce ai făcut şi am încredere că vei reuşi în continuare.

Ei vedeţi, parcă mi-aţi citit gândurile. Sunt eu mai mulţumită şi mai relaxată ca înainte, dar tot am ghimpi pe suflet. Parcă pot mai mult şi încă am frici idioate.

Eu am încredere în resursele şi în potenţialul tău. *Putem lucra la bucuria faţă de propria persoană*.

Interesant. Într-adevăr nu mă simt bucuroasă cu mine. Vreau mai mult. Mai ales că în curând o să fac 30 de ani, vârstă pe care eu o asociez cu maturitatea deplină.

Treizeci de ani vine cu o schimbare de regim

ontologic, o reaşezare valorică, o repunere în context valoric, e un proces de 3 – 5 ani.

— Aoleu aşa mult?!

Parcă mi-o zisese dinadins, ca să-mi favorizeze dependenţa de a sa domnie pentru încă cinci ani. Sau poate eram cu capsa pusă, căci aveam aşteptarea să îmi spună cum odată cu maturizarea vine şi finalizarea terapiei.

Nu e neapărat o regulă, dar cam atât durează ciclurile existenţiale.

Serios? Atunci la mine de ce durează nostalgia de douăzeci de ani?

Nostalgia e un sentiment de frustrare între ce aşteptări sunt şi ce realitate există.

Ştiu! De aia m-am şi oprit din scris la carte fix la nostalgie şi reverie. Că poate nu le-am consumat cum trebuie. Ştiţi ce o să fac? Acu în trei zile plec la mare. Mai ţineţi minte ce am trăit eu în 2010 acolo la hotel Neptun?

Parcă era ceva cu o imagine de sine egocentrică.

— Nu neapărat. Mă simţeam bine tot timpul acolo. Ştiam că orice s-ar fi întâmplat era cineva care să îmi dea câte ceva.

„Mi se cuvine totul la orice oră" e un semn de egocentrism.

Sau de iluzie a perfecţiunii, de fapt idealizam ce se întâmpla. Şi de aceea tot sunt melancolică după acea perioadă.

Melancolia este un sentiment de frustrare.

Aha. Şi ce-i de făcut?

În acea perioadă resimţeai o siguranţă afectivă. Se poate face o regresie infantilă în acea securizare afectivă, în mediul relaxant, confortabil afectiv.

Păi de aia vă şi ziceam că vreau să merg acolo, dar nu mai vreau să am de-a face cu regresiile şi cu infantilul.

Soluţia nu e negarea, ci integrarea.

— Ştiţi şi în perioada aia aveam accese de furie. Ce

fac, le integrez şi pe ele?

— *Negarea e şi furie, care e în contradicţie cu bucuria*.

— Şi, cum aţi spune dumneavoastră, care ar fi soluţia?

Soluţia e să iau bonusul existenţial oferit de deconstruirea nostalgiei şi să merg mai departe.

Bătea toba neghiobiei psihologizate, totuşi mi s-a părut că deconstrucţia e un termen extraordinar. Mă flata la egocentrism.

Bun deci să fac deconstrucţie. Asta sigur presupune şi înţelegerea emoţiilor ce stau la baza interpretărilor mele.

Mă bucur că o spui de una singură. Ai integrat necesitatea lucrului cu emoţia.

Mă gratifica pentru că nu era în stare să-mi explice ce dinamică emoţională are nostalgia. Aveam să o aflu eu. De a dracului ce eram.

Ştiţi că nu sunt eu mare fană a emoţiilor. Am nevoie să înţeleg un pic nişte chestii. Uitaţi de exemplu lipsa asta de bucurie pe care o am faţă de propria mea persoană.

Sentimentele negative ce afectează bucuria faţă de propria persoană sunt furia, respectul de sine scăzut supracompensat de sentimentul de a fi special.

— Oribil. Voi reflecta la ce mi-aţi spus când mă duc acolo la Hotel Neptun.

— *Reflectarea ce e în exterior pentru interior şi invers*.

Da, mi-aţi mai zis. Cu furia ce mă fac?

Furia e iraţională, distructivă, dezlănţuită.

Cum se manifestă?

— *Blam, agresivitate verbală, fizică, râsul de necazul celuilalt*.

Dar ştiţi că pe unii oameni îi bucură râsul de necazul celuilalt…

Bucuria nu poate exista alături de furie.

Deosebit. Probabil că pot să îmi distilez furia în dinamism, viteză de reacţie…

— *Stare de prezenţă, spontaneitate*.

— La spontaneitate nu stau rău, dar un plus nu strică niciodată.

— *Furia se iscă atunci când ai alterată imaginea de sine*.

— Cum?

— *Orgoliu, neputinţă*.

Ooo da! Sunt furioasă că nu mă cunosc pe mine. Şi de aia devin un animal. Mă rog, regresez.

Furia e vârf de iceberg, icebergul fiind orgoliul, stima de sine scăzută şi frustrare.

Şi mai ce?

— *Un dans între orgoliu, „uite cine sunt eu" şi măscărici, hăhăială*.

— Posibil. Dar poate fi şi rezultatul unei anumite structuri neuro-chimice. Poate am mai mult testosteron în mine.

Suntem înzestraţi cu tot bagajul chimic pentru a ne bucura de noi şi de ceilalţi.

Şi cum se bucură oamenii între ei?

Veselia este un schimb de bucurie.

Şi maturitatea, simţul practic, altruismul nu au şi ele legătură cu bucuria?

Sunt o variantă pentru a nu intra în furie.

Mă încâlcea teribil. Schimb subiectul.

— Dar ce oferă sens omului?

Alegerea potrivită are ca şi consecinţă sensul, vectorul.

Omul e social, trăieşte printre alţi oameni. Nu e nevoie ca sensul său să fie confirmat şi de ceilalţi?

Un om când e conştient de sine nu simte nevoia să arate şi, sau să caute gratificări pentru ceea ce este.

De ce?

Deoarece are locusul de control intern „eu sunt".

Şi ce face?

E o condiţie a alegerilor potrivite şi a bucuriei faţă de propria persoană.

Cum aţi descrie locusul ăsta?

Eu sunt, eu pot, eu ştiu.

Adică o conştiinţă de sine?

Conştienţa de sine presupune încredere, cunoaştere, gestionare, alegere potrivită.

Păi n-am tot lucrat noi la alegere?!

A-mi da voie să aleg potrivit, înseamnă a-mi oferi dar, a-mi oferi bucurie.

— Cum aţi descrie alegerea potrivită în cazul meu?

Alegerea potrivită…

Ia o pauză şi îşi plimbă ochii. Mă aştept să spună ceva extraordinar, poate chiar să îmi zică că nu mai am nevoie de terapie. Dar nu. Îmi zice o gogomănie de îmi vine să-i iau capul şi să i-l izbesc de calorifer. Scriu în agendă, mă stăpânesc, entitatea reia cu alegerea.

Alegerea potrivită să îmi dau voie să cresc în sensul vârstei, maturizării, adaptării. Dincolo de starea de nediferenţiere.

Încerc să-mi câştig dezrobirea.

— Din moment ce îmi pun problema că fac 30 de ani şi asociez asta cu începutul maturităţii depline nu cred că mai e cazul. În fine, să zicem că lucrul nostru pe nediferenţiere nu a fost suficient de bine realizat. Ce ar mai fi nevoie să îmi diferenţiez?

Am putea începe cu ceea ce simţi tu faţă de lucrul nostru.

Nu înţeleg.

Ce simţi tu faţă de tot ce am făcut până acum…

Proaa, o întorsese ca să scape de explicaţie. Trebuia să-i demonstrez că pot şi eu să lucrez pe emoţii. Poate avea să mă dezrobească de eticheta nediferenţierii, a neasumării, a lipsei alegerilor conştiente.

Un om matur, înţelept, îşi acceptă şi gestionează

(controlează) simţămintele şi emoţiile, oricare ar fi ele.

Încerc să configurez o explicaţie. Nu îmi vine să zic decât că terapia e o frecţie de care încă mai am nevoie pentru că nu am încredere în mine. Şi că vreau să scap naibii de ea, să obţin confirmarea ultimă. Că vreau să scap de robia şi cazna lucrului cu sine.

Nu pot să zic aşa ceva. Trag de timp, în sperenţa că o să reuşesc eu să încropesc ceva demn şi mintos. Poate chiar eliberator.

Staţi aşa, că trebuie niţel timp ca să pot formula bine. Nu-i de ici de colo ce mi-aţi cerut.

Vio ai tot timpul din lume, şi ştiu că îţi vei găsi cuvintele potrivite.

Mă simt încolţită. E momentul în care dacă formulez cum trebuie am şansa să fiu eliberată. Să zic de individuaţie clar nu merge. Să zic de acumularea pe care o făcusem în ultima vreme e redundant. Spusesem la început că de fapt nu sunt mulţumită şi vreau mai mult. Îmi furasem singură căciula. Agentul sigur înţelesese că îi solicit ajutorul.

Aoleu, paştele măsii, în ce m-am băgat de una singură!

Mă simt în impas. Îmi zic să-mi las mintea liberă ca la exerciţiul de imaginaţie activă de la Jung. Bâţâi din creion. Legăn şi piciorul. Respir adânc şi expir. Încerc să mă relaxez.

Hai Viorelo! Că poţi să bagi hasoul ăsta al tău cu terapia într-o formă coerentă! Asta îmi zic de mai multe ori. După care mă relaxez. Nu mă gândesc la nimic. Am mintea goală. Îmi vine să fac nişte puncte pe caiet.

Hmm, poate voi desena ceva. Nu. Voi face altceva. Mi-a venit ideea salvatoare!

Inventez un joc proiectiv.

Mi-am amintit de ce făceam cu Hilde, profesoara mea de germană. Uneori, când vedea că eram plictisită de lecţie mă invita la un joculeţ. Bine, cred că primele dăţi au fost în iniţiativa ei, căci apoi eu tot ceream şi ceream să ne

jucăm în acel fel, ba îi mai provocam şi pe alţii, sau mă jucam eu singură. Ce era acel joculeţ?

Mai întâi se stabilea cine începe jocul. Apoi cel care începea lua o foaie de hârtie şi punea acolo câte puncte considera a fi potrivit să fie puse. Apoi trasa o primă linie pentru a uni două puncte la alegere din multitudinea de puncte făcute acolo. Celălalt trasa şi el o linie, fie în continuarea liniei ce era deja făcută, pentru a uni tot două puncte, fie pentru a uni alte două puncte luate la întâmplare sau la alegere.

Ideea era ca trei puncte să fie unite în formă de triunghi, iar cel care trasa ultima linie a triunghiului era cel ce îşi însuşea triunghiul, numerotându-l cu unul sau cu doi, după caz. Unu era mereu cel care începea jocul. Câştiga cel care avea cei mai mulţi 1 sau 2 la final.

Joculeţul îţi provoca gândirea în spaţiu, să trasezi liniile astfel încât să fii mai mereu tu cel care închide triunghiurile. Mai şi lăsa în urmă o sumedenie de forme geometrice tare interesante.

Agentul se sesizează că fac nişte puncte.

Vio, ce faci acolo?

Staţi aşa că vă arăt imediat.

Mă apuc să unesc punctele. Timp în care îi povestesc de joc.

Şi ce faci acum cu ele?

Le numerotez!

Îmi ieşiseră 37 de mici triunghiuri.

Mă uitam şi mă uitam la forma care îmi ieşise. Agentul se uită cu interes şi curiozitate şi la formă şi la mine.

Vedeţi, am 37 de numere. Ele ar putea corespunde diverselor lucruri pe care le simt faţă de procesul meu terapeutic. O să fac un fel de asociere liberă. O să scriu mai tot ce îmi trece prin cap şi prin suflet faţă de ce am lucrat.

Iau o foaie. Scriu de cifrele de la 1 la 37. Bag ţeavă percepţii şi simţăminte. Desigur că introduc şi din

sforăielile terapeutice, gen empatie, dezamalgamare sau metapoziţie. Ba chiar încep cu starea de prezenţă.

Nu minţeam la cât îmi bătuse darabana stării de prezenţă. Plus că îmi crescuse gradul de conştiinţă şi conştientizare. Chiar dacă dintr-o ciudă, dintr-o revoltă. Citisem Freud ca să îi controlez mai bine spusele. Diletantismul meu în ale psihanalizei îmi adusese un plus de conştiinţă asupra a ceea ce eram. Chiar dacă descoperisem că eram relativ blocată în etapa orală şi de aceea eram sadică.

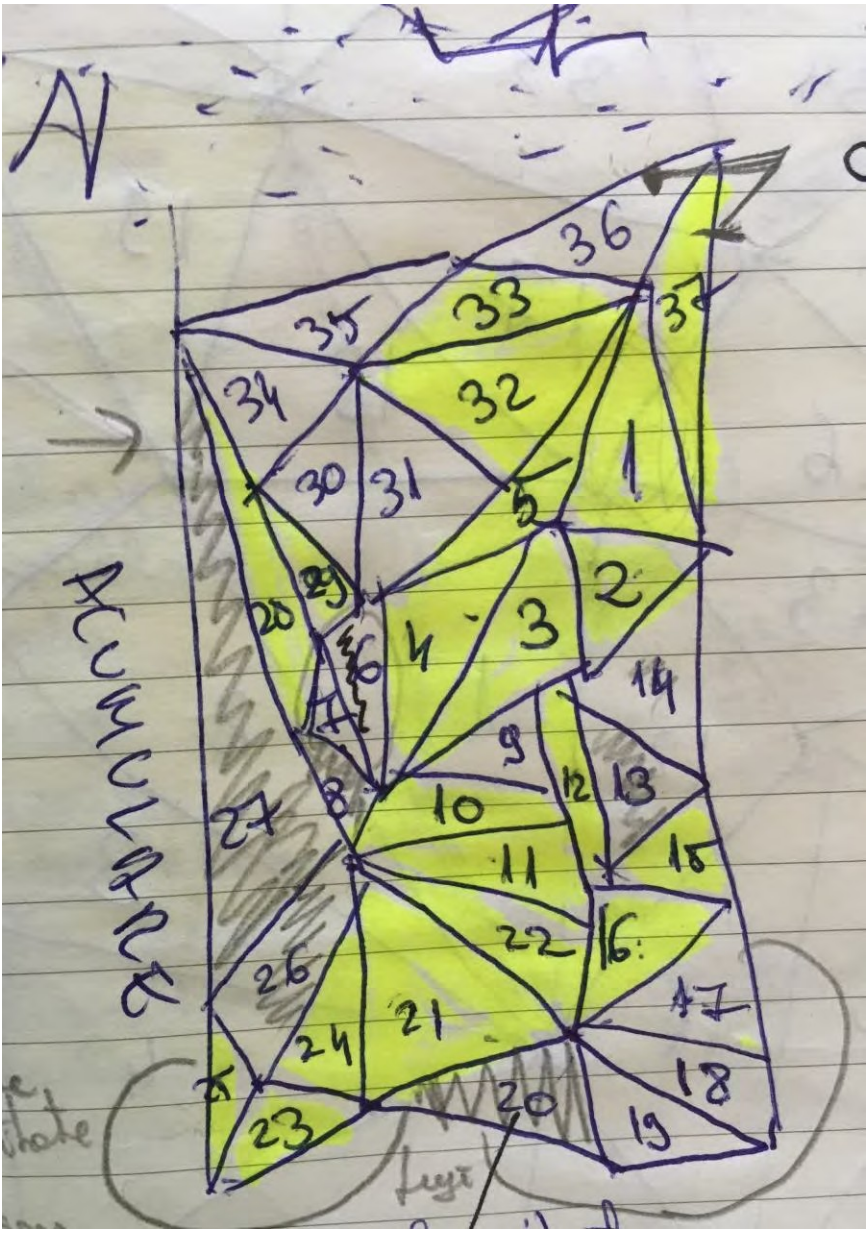


Figura 7. Joc proiectiv cu procesul meu terapeutic

Mă fascina ce reuşisem să fac. Corelaţiile dintre cuvinte şi numere, punerea lor în formă conturaseră o imagine validă acum îmi percepeam procesul terapeutic.

Nu minţisem cu nimic. Iubirea era chiar bolnavul ataşament pe care îl aveam faţă de entitatea terapeutică.

Mai mult, dacă scoteam dezamalgamarea, ce era doar o proiecţie dragă agentului terapeutic şi empatia (o altă cucută cu care eram hrănită pe degeaba, entitatea nu făcea diferenţa între înnăscuta empatie şi educata simpatie), atunci putea fi şi o proiecţie a propriei mele persoane.

Am colorat cu galben ce consideram a fi bun din perspectiva agentului: stare de prezenţă (1), amânare (2), empatie (3), încredere (4), conştienţă de sine (5), inocenţă (10), integrare (11), identificare (12), căldură umană (15), iubire (16), încredere (21), responsabilitate (22), forţă (23), dinamism (24), conectare cu lumea (25), transcendental (32), constanţă (33), stabilitate (33).

Era remarcabil cum punerea în formă releva cu destulă acurateţe inadvertenţele şi conflictele mele cu terapia.

Tristeţea (6) şi neîncrederea (7) erau în centrul figurii. Agentul le corelase cu abandonul, cică erau *„Sentimentele mele conturate în baza percepţiei abandonului”*. Nu eram de acord, dar am tăcut.

Vorbea jocul pentru mine.

Sub tristeţe şi neîncredere era revolta (8). Exact ce simţeam eu faţă de abandonul şi doliul netrăit care îmi erau induse de persoana de la terapie.

Din revoltă descindeau conflictul (26) şi ciuda (27). Aveau o mare pondere la nivel grafic. Toată dinamica mea cu terapia fusese conflictuală şi înciudată. Mă lăsasem de bâţâit ca să îi fac în ciudă agentului. Îi răstălmăceam cuvintele din ciudă.

Agentul era de părere că mă revoltam atunci când simţeam tristeţe. Poate avea dreptate, nu aveam curaj să accept tristeţea că am parte de o terapie slabă.

Încrederea era trecută de două ori (4) şi (21). Probabil act ratat. Că nu aveam încredere în entitatea terapeutică, dar îmi doream să simtă că o am. Întru a mă

izbăvi cu mulţumiri de luminata-i prezenţă.

La baza figurii era reveria (20). Agentul zicea că reveria era mecanismul meu de fugă. Aici îi dădeam dreptate. Reveriile fuseseră mecanismul prin care îmi cream spaţiul forţei, încrederii, responsabilităţii şi dinamismului. Ca să fug de realitatea în care simţeam că nu le am.

În stânga reveriei erau lucrurile bune – încredere (21), responsabilitate (22), forţă (23), dinamism (24), conectare cu lumea (25).

În dreapta reveriei erau scârboşenii – atribuire de vină (17), ruminare (18), introiecţie (19).

Se putea spune că reveria era cea care îmi întreţinea conflictul sufletesc. În reveriile din acea perioadă mă imaginam cu cartea finalizată şi apreciată de entitatea terapeutică şi tagma psihologilor.

Poate că de aceea stabilitatea (36) şi instabilitatea (37) erau una lângă alta. Iar când în sus şi când în jos (35) era lipit de constanţă (33).

Dorinţa mea de a fi izbăvită de terapie prin scrierea unei cărţi putea fi văzută ca un joc de putere. Eu mă adresam entităţii terapeutice cu pronumele de politeţe. Mă plasam şi mă simţeam într-o poziţie inferioară faţă de cea a luminatei domnii terapeutice, dar entitatea nu scrisese nicio carte. Îmi spusese la un moment dat că voia să se apuce de doctorat. Deci clar valoriza intelectualismul.

Prin urmare, în cazul în care reuşeam să-mi recompun terapia într-o poveste nemuritoare coerentă şi pe placul agentului, atunci s-ar fi schimbat rolurile. Eu aş fi fost cea care ar fi deţinut în mod evident puterea.

De aceea jocul de putere (13) era lipit de identificare (12). Identificam interacţiunea terapeutică doar cu jocul de putere. Normal, era pe bani. În mintea mea banii merg mână în mână cu jocul de putere.

Agentul zicea că îmi asociam inconştient identitatea cu spiritul manipulativ şi jocurile de putere. Nu era nimic inconştient. Eram o vulpe corcită cu un lup care şi-ar fi

dorit să cunoască arta stăpânirii de sine şi a războiului. Nu aveam treabă cu empatia dar valorizam simpatia, demnitatea, altruismul şi loialitatea.

Căldura umană mă caracteriza uneori. Îmi ajutam cunoscuţii când erau la ananghie. Din altruism şi simpatie.

Simţeam mulţumire şi mândrie că pot să o fac. Dar nu empatie.

Însă mă făceam că sunt empatică, că simt altfel căldura umană. De dragul agentului care îmi împuiase capul cu bazaconii de tipul hranei afective şi a iubirii necondiţionate.

De aceea căldura umană (15) era lipită de jocul de putere. Agentul zicea că toxifiez căldura umană prin jocul de putere.

Furia (14) era lipită de jocul de putere (13), dar şi de amânare (2). Eram furioasă că nu aveam curaj să îmi negociez onest dezrobirea de agent şi că amânam momentul. Prin conectarea „înţărcării" de agent cu terminarea cărţii. Ceea ce era un joc de putere.

Agentul îmi spunea că furia era rezultatul incapacităţii mele de a-mi amâna principiul plăcerii.

Poate avea dreptate. Dar mie nu îmi producea plăcere interacţiunea terapeutică. Însă premisa de a încheia terapia dându-i cu tifla entităţii terapeutice mă făcea să fiu în stare să-mi amân orice drac de plăcere imediată.

Inocenţa (10) era o altă aşteptare a mea legată de terapie. Speram ca agentul să mă înţeleagă în cele din urmă şi să accepte natura mea de vulpe corcită cu lup. Şi să rămânem în relaţii bune, umane, dincolo de inerentul joc de putere legat de onorariul pe care îl dădeam.

Agentul a părut a fi foarte mulţumit de faptul că trecusem inocenţa. Mi-a sugerat că ar putea fi o valoare pentru mine.

Mi-a spus că ar fi contrabalansat uriciunile mele. Şi ar fi contribuit la dezamalgamare (9) şi era baza încrederii (4) şi empatiei (3). Cică ar fi fost ascunsă, inclusiv la nivel

grafic, de ciudă (27) şi conflict (26). Inocenţa presupune şi acceptare. Acceptarea (28) era prezentă în desen alături de metapoziţie (29) şi ciudă (27).

Ciuda avea cel mai mare triunghi din desen. Agentul zicea că îmi umbrea bucuria şi inocenţa.

Totuşi în desen nu era niciun triunghi al bucuriei. Poate că şi agentul avea propriile-i filtre distorsionate prin care percepea realitatea.

Probabil i se formaseră întru a putea face faţă la sufletul meu tare al ciudei. În a gestiona cumva încrâncenarea reactivităţii mele.

Eram relativ conştientă că principalul meu motor de a interacţiona cu lumea era ciuda. Desenul proiectiv o confirmase. Era acolo şi nu putea fi scos şi aruncat ca o măsea stricată. Aşa bun, rău, cum era, trebuia să joc cu el.

Indirect mi-a spus-o şi entitatea terapeutică. Căci mi-a subliniat că acceptarea (28) se afla exact între ciudă şi impulsivitate (34). Lucru ce arăta că eram capabilă să mă folosesc de o doză potrivită de impulsivitate. Să nu mă mai abandonez inconştienţei ciudei şi să intru în acte nebuneşti.

Aici mi-a stârnit interesul major.

Adică să nu mai am purtări nesăbuite?

Da, să ai stare de prezenţă şi să alegi exprimarea şi acţiunea potrivită, în acord cu tine şi situaţia.

Foarte interesant ce spuneţi. Înţeleg că pot să fiu propriul meu stăpân, să nu mă mai las purtată. Cum fac oamenii ca să fie aşa?

A fi propriul stăpân e o stare de spirit.

Grăise un superb adevăr universal. Nu mă gândisem că lucrurile ar fi putut sta aşa. Mă îndârjisem să aflu metode şi tehnici în a mă stăpâni mai bine. Dar, de fapt, acelea erau o mică parte din regalitatea stăpânirii de sine. Care e un complex mod de funcţionare a unui om.

Îmi părea că starea de spirit a stăpânirii de sine îngloba toate aspectele unui individ. Percepţii, cogniţii, senzaţii, emoţii, sentimente, afecte. Făcea o horă comună

cu ele. Aşa cum face orice stare de spirit, fie că e libertate, curaj sau destoinicie.

Toate aveau legătură şi cu difuzul câmp afectiv, sentimental şi emoţional.

Deci devotamentul pe care persoana de la terapie îl avea pentru acest câmp nu era absurd. Chiar îmi putea fi de folos în a dobândi starea de spirit a stăpânirii de sine.

Nu continuam terapia doar din ciudă şi dorinţa gratificării şi izbăvirii.

Mai aveam ceva de obţinut, sfânta stăpânire de sine. Poate agentul avea dreptate când îmi recomanda să cresc. Poate încerca să-mi zică că trebuie să îmi cresc spiritul stăpânirii de sine. Şi toată complicăciunea metapoziţiei descria de fapt deschiderea şi capacitatea de a înţelege şi absorbi stări noi.

Îmi venea să iau entitatea terapeutică în braţe şi să o pup. De bucurie că îmi oferise o informaţie capitală. Nu se cuvenea să fac aşa ceva. Ar fi fost o dovadă de nestăpânire.

Dobândisem certitudinea că a lucra cu emoţia îmi putea aduce ce voiam.

Descoperisem şi o tehnică prin care să îmi exprim şi asociez trăirile, emoţiile, sentimentele, afectele, senzaţiile, cogniţiile şi percepţiile.

La câteva zile după acea şedinţă am plecat la mare. În ideea de a-mi înţelege şi stăpâni mai bine nostalgia legată de hotel Neptun.

Noua mea metodă mi-a fost de mare ajutor.

Mă joc cu nostalgia.

Tot mai tânjeam după vremurile apuse ale copilăriei. Începând cu anul 2009 făceam măcar un pelerinaj pe vară la abandonatul hotel. În 2010, sub influenţa lecturii jungiene îmi scormonisem toată cămara de amintiri legată de hotel.

Observasem că aveam un fetish, o fixaţie, o patimă pentru vremurile apuse ale copilăriei petrecute acolo.

Lucru ce m-a făcut să mă duc cu şi mai multă poftă acolo în verile următoare.

Am dus inclusiv pe finlandez la sfintele moaşte ale hotelului Neptun. I-am povestit, am încercat să îl bag în atmosfera copilăriei mele. Omul s-a lăsat purtat de relatările mele, era fascinat. Mi-a subliniat că eram un copil cam atipic, luxul comunist fusese frumos, dar tot comunist era. Şi, cel mai important, mai toate hotelurile din acea zonă, nu doar hotelul Neptun, erau moarte. Adică atunci, în 2013.

M-a cam cutremurat afirmaţia lui. Mă agăţam de nişte mortăciuni ruinate. Dar nu mă puteam abţine. Aveam impresia că acolo fusese paradisul copilăriei mele. Era locul unde mă simţisem cel mai bine din toată copilăria.

Aşa abandonat şi decrepit cum era, tot îmi dădea un mare zvâc de fiecare dată când îl vizitam. Plec la mare. De-abia aştept să mai dau o raită prin abandonatul Hotel Neptun.

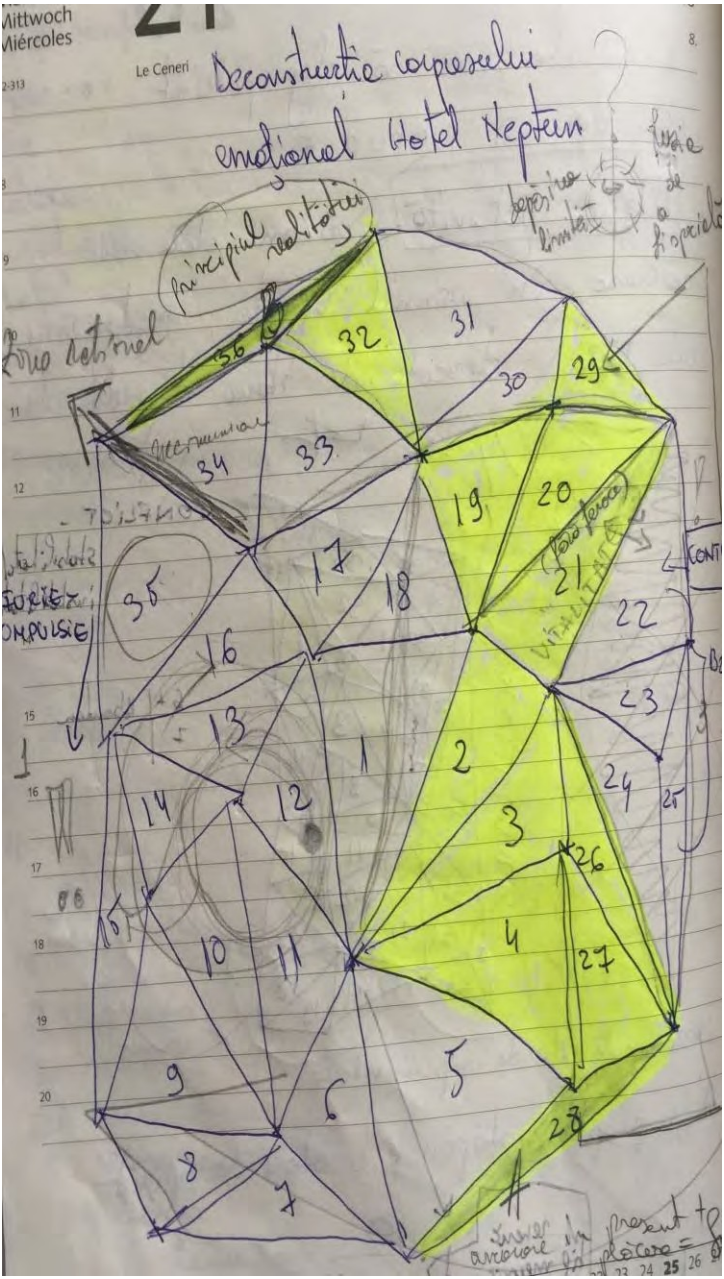
Îmi iau cu mine şi agenda. Mai întâi mă plimb prin toate locurile copilăriei. Fac şi un filmuleţ 39 în care îmi descriu dubiile faţă de paradisul meu pierdut.

După care mă postez în faţa hotelului. Chiar pe piedestalul statuii de marmură cu zeul Neptun. Mă pun pe reflectat. Mai bine de jumătate de oră parcurg cu ochii minţii mai toate întâmplările şi trăirile pe care mi le aminteam faţă de locul cu pricina.

Oscilez între avânt şi deznădejde. Vreau să fac cumva în a scoate tot ce-i mai bun din nostalgie. Adică să rămân cu avântul şi forţa pe care le simţeam în copilărie. Să le folosesc pragmatic, ca un om mare.

Fac un joculeţ.

39 https://www.youtube.com/watch?v=22lFuvVWKW


Mittwoch
Miércoles
Le Ceneri
Deconstructie corpesului emotional Hotel Neptun
principiul realitatii
Eroul central
Antagonistul
Protagonistul
Fuga
Confruntarea
Impulsie
Contrast
Lupta de forte
Lupta de forte
Conflict
Conflict
Conflict

definitiv blocată în trecutul idealizat şi fetişizat.

E o manifestare a naturii mele duale. Pe care o aveam încă din copilărie.

Nu degeaba mă reprezentam drept salvator şi tartor sau exterminator şi mântuitor.

Inclusiv faţă de entitatea terapeutică aveam o atitudine dual㠠. Parcă într-o mână aveam paloşul revoltei menit să-i taie capul incompetent. Iar în altă mână aveam ramura de măslin a păcii. Pe care voiam să i-o ofer pentru sprijinul punctual şi să încheiem colaborarea în termeni pozitivi.

Nu îmi conştientizam această atitudine prea bine.

Discuţia terapeutică pe care am avut-o în baza jocului m-a năucit. La sfârşit mi-a fost confirmat că pot să-mi pun forţa să meargă înainte. Şi că nostalgia mea avea un sens.

Început prin a arăta filmuleţul pe care îl făcusem. Mi-a spus că pe lângă melancolie şi tristeţe fac şi dovada unei ciude faţă de trecut. Cică se vedea un soi de „delăsare în predarea faţă de trecut, susţinută de plăcerea compulsivă a fugii mele după trecut”.

M-a înfuriat ideea de delăsare. Păi ce eram eu, chiar aşa ultima nevolnică, care nu e în stare să se desprindă de trecut? Eram eu prizoniera trecutului?

Mărturisesc frica de a duce la infinit fetişizarea trecutului. Agentul e în toane bune, mă susţine.

Zice că are încredere în capabilitatea mea de a pune trecutul acolo unde îi este locul şi de a mă bucura cum se cuvine de prezent.

Ştiţi ce? Lucrul ăsta apare şi în jocul pe care l-am făcut acolo. Am forţă feroce, curaj, avânt şi îndrăzneală.

Ia uitaţi.

Deschid agenda şi îi arăt. Îşi plimbă ochii dintr-o parte în alta mai ceva ca niciodată.

Vio, să nu mi-o iei în nume de rău dar se vede aici un conflict de toată frumuseţea.

Ştiu! Frica (1) e exact lângă curaj (2). Pericolul (5) e

exact lângă îndrăzneală (4). Plus că frica şi pericolul au triunghiuri mai mari. E clar că nu-i a bună cu nostalgia mea. O să o iau razna.

Nu e cazul. Uite ai aici forţa interzisului (30), chiar lângă fetişizare (31). Poate îţi pui pe un piedestal depăşirea de limită şi iluzia de a fi specială.

Aşa ziceţi?

Da, ar mai fi cercul vicios 10 – 11 – 12 – 13 – 14. Derivă-melancolie-furie-deznădejde-vid. Un refuz de a creşte şi a asuma.

Sau poate o frică iraţională.

Izolarea (34) prezentă lângă desprinderea de trecut (33) denotă o puternică tendinţă de a raţionaliza lucrurile. Te mai poţi lăsa şi în voia lor, să le trăieşti.

Am trăit şi răstrăit nostalgia asta. Vreau să mă disociez de ea. Şi de frică!

Probabil că vrei să spui detaşare, care este o alegere conştientă, integrată în starea de prezenţă. Disocierea e inconştientă, e parte din reprimare şi blocaj.

Aşa e! Îngrozitor! M-am pierdut cu firea. M-am prostit de la atâta raţionalizare.

Ce facem acum? Picăm în extrema cealaltă?

Păi dacă aflu numai uriciuni despre mine.

Dai aici şi pilonii încrederii în sine, curajul (2), avântul (3) şi îndrăzneala (4).

Pe astea le vreau de la mine. Plus forţa feroce, vitalitatea, curiozitatea, entuziasmul. Restul sunt nişte bălării complicate de care mă împiedic. Şi nu mă lasă să fiu forţoasă.

Poţi alege să nu le mai laşi spaţiu.

Aha un fel de să am inima deschisă la nou, ca să nu mai fie loc de nostalgie şi melancolie. Agentul face ochii mari şi exclamă.

Asta e!

Aaa! Păi staţi aşa că nu e suficient. Trebuie să am şi capul sus, să bag forţa înainte, să am inima deschisă şi

alegerea întinsă!

Explorând şi verbalizând lucrurile capătă un rotund.

— Da’ trebuie să recunosc că nu mă aşteptam ca lucrurile să iasă aşa de bine pornind de la joculeţul acesta. Vedeţi am început să vorbesc de emoţii. Şi asta cu inima deschisă mi-a ieşit pe gură fără să o gândesc. Ce vreţi să ziceţi cu cercul?

— Nostalgia ta nu a fost verbalizată ani de zile. A fost ceva şi nu s-a rotunjit, nu s-a exprimat. Nu a fost împărtăşită cu ceilalţi. Nu i-am făcut părtaşi la observaţiile pe care le aveam asupra lucrurilor din jur. Am rămas închisă.

Păi dacă nu aveam cu cine… Dar să ştiţi că am înţeles importanţa verbalizării emoţiilor.

Verbalizând, completez spaţiul şi trăirea mea, cresc.

— Da, dar nu cred că e suficient să faci logoree permanentă. Mai e şi starea aia de spirit a stăpânirii de sine. Care face toată muzica. Şi nu ştiu dacă sunt chiar capabilă să o dobândesc.

— Ai toate resursele pentru a ajunge la o atitudine sănătoasă. La firesc, la util, la necesar, la buna măsură, la potrivit.

Mă susţinea grupa mare, din abundenţă.

După şedinţă mă simţeam într-o formă nemaipomenită. Plină de avânt, încredere şi voioşie. Aveam să le vin eu de hac la toate. Să mă stăpânesc, să scap de frică şi să fac ceva respectabil cu mine.

Eram un om simplu de motivat. Ori reacţionam din revoltă, din spirit de frondă, din ciudă. Ori la laude şi încurajări. În baza celor două mi se întâmplaseră toate modificările comportamentale şi atitudinale de la terapie.

Bun, fusesem încurajată şi prinsesem încredere. Dar ce era de făcut mai departe?

Mă apropiam cu paşi repezi de cea de-a treia decadă din viaţă. Făcusem câte ceva cu mine şi nu îmi părea suficient. Mai voiam ceva care să îmi asigure respectul social. Eventual să îmi şi valorifice niţel şi însuşirile.

Parcă trebuia să-mi găsesc ceva nou de făcut. Din lipsă de altceva mă hotărăsc să schimb o parte din mobila veche din apartamentul mamei. Mă scoteau din ţâţâni paturile şi canapelele. Erau pline de gloduri, cu arcurile distruse şi gropi înfundate cu cârpe. O adevărată tortură pentru spatele meu.

Mă duc să iau măsurătorile întru a lua două divanuri şi un pat mare de la Ikea. Voiam să păstrez aerul vechi al casei. Mai ales că restul mobilei era sănătoasă. Şi îmi mai amintea şi de bunici şi copilărie.

Măsor dar îmi expun şi noul tumult interior. Vorbind chiar găsesc o nouă perspectivă. Al dracului agent, avusese dreptate cu verbalizarea.

I-am expus mamei ce am făcut în ultimii ani, mulţumirea că am reuşit ceva. Dar şi că îmi mai trebuia ceva.

Mă laud niţel, că sunt speculativă, creativă, inteligentă.

Îmi iese porumbelul pe gură. Ajung la concluzia că voi încerca diplomaţia. Altceva mai nimerit nici că se putea. Mediu elitist şi divers. Dar şi statut şi recunoaştere socială. Înţelesesem eu încă din ţâncie că diplomaţii sunt nişte oameni bine văzuţi de societate. Şi respectaţi.

Găsisem un nou obiectiv de atins întru obţinerea confirmării şi gratificării din partea societăţii. Şi aceasta îmi dădea o nouă doză de încredere în mine. Scăpam de percepţia frustrantă că din perspectiva societăţii nu eram un om demn şi respectabil.

Poate că jocul meu proiectiv cu nostalgia avusese şi el un cuvânt de spus în alegerea noului obiectiv.

În hotelul Neptun avusesem ocazia să observ o sumedenie de turişti străini. Dar şi tot felul de demnitari, de oameni la costum, cu ştaif. Văzusem în carne şi oase şi câţiva politicieni pe care îi ştiam de la televizor. Mă fascinau, îmi doream ca la un moment dat să am niţel acces în lumea lor, să înţeleg ce îi face atât de stăpâni pe ei.

Voiam să mă vâr niţel în domeniul diplomatic ca să înţeleg cu ce se mănâncă treaba. Poate era o reactivare a dorinţelor mele de la 9 – 10 ani, când mă intrigau şi demnitarii şi străinii din hotel.

Şi am luat-o de bună. Am făcut ce era de făcut ca să intru în formarea de şase luni oferită de IDR. Îmi ziceam că poate ajung diplomat şi scap de frustrarea că nu am carieră.

La terapie m-am afundat şi mai şi în emoţii. Scăpasem de ghimpele job-ului. Nu o rezolvasem nici cu încrederea, nici cu finalizarea cărţii şi terapiei.

Vine terapia. Povestesc niţel de noul meu obiectiv. După care încep să mă plâng că nu am încrederea în mine stabilă, că n-am spiritul stăpânirii de sine.

Mi se recomandă să iau în calcul *percepţia clară, adaptabilă a sinelui*.

Adică?

Acel simplu „Eu sunt”.

Păi asta am şi făcut, am spus ce sunt. Că încă nu am încredere şi vreau stăpânire de sine. Ce să vă mai spun? Că sunt speculativă şi inocentă în acelaşi timp? Că îmi place viaţa? Că îmi place să observ şi să înţeleg? Că sunt rezistentă şi viguroasă? Că mă adaptez? Asta nu denotă o percepţie clară şi adaptabilă, căci nu am stăpânirea de sine. Înţelegeţi?

Sinele este perfectibil şi poate fi supus alchimizării, dezamalgamării şi integrării.

Mamă dezamalgamarea asta mă bântuie de la începuturile terapiei. Nu ştiu ce să mă mai fac cu ea! Agentul oftează. Ia o pauză şi mă pune iar să-i evaluez metoda.

Vio, ştiu că am mai vorbit despre ce simţi tu despre tot ce am lucrat noi până acum…

Da, aşa am ajuns să inventez jocul proiectiv.

Ai mai avea ceva de adăugat şi completat faţă de ce ai mai spus?

Poate. Staţi să mă gândesc niţel.

Hait! Îmi dă oare o nouă şansă să mă dezrobesc de luminata-i domnie? Poate încercarea mea de a îmbrăţişa cariera diplomatică îi convinsese orgoliul că merit eliberarea.

Întorc foile. Mă uite niţel pe primul joc. Şi desenez o nouă formă.

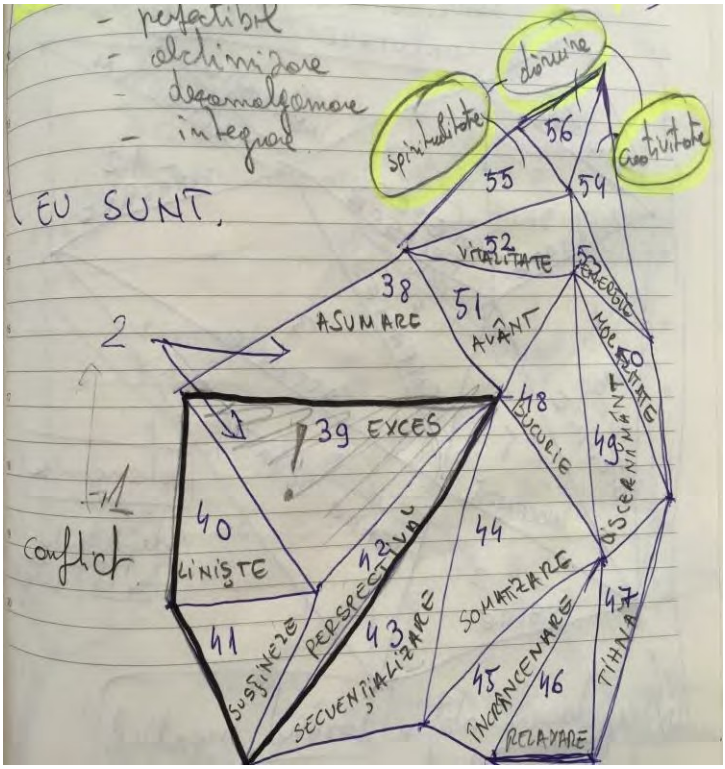


Figura 9. Joc proiectiv cu procesul terapeutic – partea a doua

Excesul (39) avea cel mai mare triunghi. Nu pe degeaba. Simţeam că făcusem prea multă terapie. Însă nu aveam curajul să o spun. Din frică că nu mi-aş putea duce la capăt excesul de a scrie o carte de pe urma terapiei.

Plus că dinamica terapiei era un alt exces. Şedinţele aveau loc la mine acasă iar eu citisem psihanaliză şi TEC, ca să verific agentul.

Excesul era modus operandi pentru mine. Îmi

plăceau abuzurile, exagerările, să fac până nu mai pot. Ştiam că funcţionam în logica cui pe cui se scoate, că excesul era aproape de inima mea. Clar preferam un exces bun sau rău în loc de un echilibru palid şi anost. Era mai intens. N-ai cum să diluezi sângele pătimaş. Poţi cel mult să îl direcţionezi să fie mai pragmatic şi productiv.

Îmi cam asumasem natura excesivă. De aceea asumarea (38) era fix deasupra excesului (39). Împreună puteau forma un romb. S-ar fi putut spune că terapia era pentru mine un exces asumat.

Mă jucam, manipulam, depăşeam cu mult limitele unei terapii normale. Aveam şi aşteptarea de a scoate lucruri bune din mine în baza terapiei. Să obţin încrederea şi stăpânirea de sine. Dar şi să fiu izbăvită de terapie prin scrierea unei cărţi.

Poate inconştient mă poziţionam ca un puşcăriaş care îşi reducea anii de carceră prin gesturi auctoriale. Adrian Năstase, fost premier al României şi Sorin Ovidiu Vântu, un controversat om de afaceri, îşi micşoraseră pedepsele cu privaţiune de libertate prin scrierea unor cărţi40.

Chiar vedeam terapia ca un fel de carceră. Nu mă puteam manifesta în voie la şedinţe. Agentul nu gusta umorul meu cinic. Nu avea plăceri dionisiace şi interpreta lumea prin filtrul bunei-cuvinţe. Nu buna cuviinţă derivată din stăpânirea de sine ce gravitează în jurul forţei şi vigorii. Ci aceea mai palidă, a echilibrului şi a lipsei de exces. Mai făcea excese povestindu-mi uneori de cuibul de viespi şi invidiile de la celălalt loc de muncă al domniei sale. Nu mă interesau coteriile şi bârfele. Erau plictisitoare, dovezi de slăbiciune şi atât.

Nu puteam grăi oroarea excesului meu terapeutic. Am zis-o printre rânduri.

Ia uitaţi ce mare e excesul ăsta. Nu e doar aici în formă, ci şi în viaţa mea de zi cu zi. Trebuie să recunosc că mi-am adus excesele şi aici în spaţiul de lucru. Iar dumneavoastră v-aţi mulat pe structura mea a excesului.

Dacă ai şti de câte ori plecam cu energia la pământ

de la tine! Efectiv mă storceai de energie.

Ştiu. Cam aşa mă simt şi eu acum că lucrăm cu emoţia. Uitaţi că excesul e între asumare (38) şi perspectivă (42). Ceva tot am dobândit. N-a fost în zadar. Ia uitaţi, mai sunt acolo şi liniştea (40) şi susţinerea (41).

Dar excesul e la mijloc, le toxifiază pe toate.

Şi de cum spune asta ia un marker negru din ocaua mea cu pixuri (chiar şi acum instrumentele mele de scris sunt într-o veche oca de alamă). Şi bagă într-un chenar negru liniştea, susţinerea, perspectiva şi excesul.

Da, cam urât. Mă ia durerea de cap.

Excesul toxifiază şi voia bună. Şi mai ai aici încrâncenarea (45) şi somatizarea (44) între bucurie (48) şi relaxare (46).

Aha, intru în somatizare pentru că lucrez logica excesului, dar uitaţi că secvenţializarea (43) este între somatizare (44) şi perspectivă (42). Asta poate însemna nu doar că somatizarea îmi distorsionează perspectiva, ci şi că pot secvenţializa somatizarea. Adică să o observ, să o despart în secvenţe mai mici şi să îi înţeleg mecanismul de funcţionare.

Lucrul pe secvenţe mici este util.

Poate de aia şi am pus secvenţializarea acolo, deşi sincer îmi pare un cuvânt lung şi complicat. Ştiţi că îmi plac chestiile bombastice. Am priceput să o iau mai încet, treptat-treptat, pe secvenţe mici, să rezolv pas cu pas conflictele mele interne, pentru ca apoi, tot din aproape în aproape să mă construiesc cum se cuvine, să ajung la individuaţie.

Ai grijă la individuaţie, să nu intri în exces perfecţionist.

Îmi măsurasem cuvintele astfel încât să-i imit discursul şi tot îmi găsea nod în papură. Lasă că vezi tu cum te pun cu botul pe labe. Îmi dreg vocea şi bag un mini-monolog.

Am priceput acum multă vreme că orgoliul mă pândeşte pe după colţ. Mai că îmi vine să plâng. Da, vreau

eu laurii unei existenţe desăvârşite atestate şi gratificate social. Da îmi doresc şi eu o ţâră de linişte şi împăcare. Pentru păcatele mele, de aceea am şi pus în desen tihna (47), relaxarea (46), bucuria (48). Am realizat cu ajutorul terapiei că pot avea parte de ele. Nu sunt capabilă să le resimt fluid, apar şi dispar ca măgarul în ceaţă. De ce? Pentru că mă bântuie tensiunea aceea a mea, fie că nu sunt suficient de bună, fie că mă plictisesc, fie că nu se întâmplă lucruri suficient de intense… Dar vreau şi eu să resimt constant bucurie faţă de propria-mi persoană. Să nu mai fiu o otrăvită.

Agentul se uită cu oarecare mirare la mine. Îi livrasem un discurs emoţional despre impactul pe care îl avusese asupra mea. Pesemne avea mişcare la inimă. Devine cooperant, mă susţine.

Vio, uite-te ce mai ai tu acolo în desen.

Sunt multe, nu ştiu la care vă referiţi.

Discernământul (49) şi moralitatea (50) sunt între bucurie (48) şi energie (49). Ai baza morală necesară bucuriei faţă de propria persoană. Avântul (51) e lipit de bucurie iar vitalitatea (52) de energie (53). Ai cele necesare pentru a fi un om aşa cum îţi doreşti şi pentru a te bucura de viaţă ca toţi ceilalţi.

Mă unge pe suflet că vă aud spunând asta. Poate ar trebui să îmi arătaţi mai des apreciere.

Totuşi nu sunt aici ca să te laud ci ca să te ajut să vezi o imagine clară a ta. Să fiu o oglindă fidelă.

Mda, se pare că sunt plină de urâciuni.

Toate pot fi lucrate, din moment ce au fost puse în cuvânt, pe jumătate sunt ca şi rezolvate. Totul depinde de tine, să ai răbdare şi stare de prezenţă.

Şi mai ales stăpânire de sine. Ştiţi ce? În cinci zile o să fac 30 de ani, vârstă pe care ăştia de-o seamă cu mine o văd ca pe un fel de duh rău, de catastrofă.

E o vârstă asociată cu o încărcătură simbolică.

http://www.gândul, info/ştiri/cati-detinuti-au-devenit-scriitori-peste-noapte-ca-sa-scrii-o-carte-trebuie-sa-stii-

sascrii-daca-l-as-vedea-pe-nutu-camataru-ca-scrie-ar-finiste-semne-de-intrebare-10994871 (accesat la 19.07.2016)

Pai da. Lumea se aşteaptă ca la 30 de ani să fi realizat, să ai carieră bună, casă, maşină, familie şi copii. Şi mulţi nu le au şi îi ia angoasa că sunt de nimic. Am trecut şi eu prin momentul ăla cu un se poate să fi realizat fără carieră şi relaţie de cuplu. După ce împlinisem 28 de ani.

Mi se pare că ţi-am spus şi atunci că este o condiţionare fără rost.

Da vă amintiţi bine. Am observat şi eu asta. După ce mi-am scris dizertaţia şi am dat de finlandez. Şi m-am apucat să scriu poveşti. Aşa mi-am dat seama că vreau să las ceva în urma mea. A apărut oportunitatea cu casa. Am reuşit să iau o casă până în 30 de ani. Se poate spune că sunt realizată, dar, tot nu sunt mulţumită. Vreau mai mult!

treaba.

Poţi începe chiar cu desenul acesta. I-ai mai adaugă ceva?

Îmi venea să-i zic vreo două, dar am băgat capul între umeri şi i-am dat ce voia. Poate avea să fie reciprocă

Gata. Am pus spiritualitate (55), e unul dintre vectorii bunei măsuri. Dăruire (56) ca să fiu capabilă să mă dăruiesc mie şi celorlalţi cu folos…

După ce am zis gogomănia cu dăruirea am luat o pauză. Simţeam un nod scârbos în stomac. Nu-mi plăcea deloc de dăruire, nu avea legătură cu focul meu viu. Puteam să zic dedicaţie, cu care eram de acord, dar am băgat înadins dăruirea. Ca să fac entitatea să se simtă bine, să fie în toane bune şi să mă susţină în continuare. Mai ales să mă elibereze de jugul dărniciei emfatice, adică de necesitatea lucrului cu sine.

Dăruieşte şi vei dobândi. Cam asta e în rostul vieţii. Deci îi picase bine dăruirea.

Vreau să dăruiesc lumii creativitatea mea, să las ceva bun în urma mea. Şi să o bag cu folos în ceva. Să-mi iasă şi

bani şi cunoaştere din ea.

Agentul era satisfăcut şi a rămas să ne vedem în dimineaţa zilei mele de naştere. Mie acele adăugiri îmi păreau o căcărează pusă drept cireaşă pe un tort din ăla bunu.

Cu spiritualitatea stăteam bine, aveam propriul meu mod de a percepe şi reprezenta supranaturalul. De creativitatea mea nu mă îndoisem niciodată. Iar dăruirea era pentru a-i face pe plac agentului.

Până la aniversare am luat divanurile şi paturile pentru apartamentul în care stătea mama şi m-am apucat să-mi scriu CV-ul de care aveam nevoie pentru a fi admisă la IDR.

Pe 23, fix înaintea zilei mele de naştere am scos răcăciunile de paturi şi canapeaua cea veche. Dar şi un dulap. Căci m-am decis că şifonierul cel vechi era cam rablagit. Evident că am cumpărat unul nou să-l pun în loc. Doar nu era s-o las pe mama să-şi ţină zestrea pe scaune şi în saci.

La miezul nopţii am băut un pahar de şampanie singură. Propunându-mi să învăţ să-mi folosesc logica excesului după bunul meu plac. Să nu mai fiu eu sclava exceselor. Să fac carnaval doar atunci când vreau. Nu din nestăpânire.

Şi să realizez lucruri mari cu mine.

am culcat împăcată. Simţeam că mă cinstisem ca un om mare. Nu cu tămbălău şi vălmăşag, cum făcusem la mai toate aniversările mele de până atunci.

M-am trezit devreme cu poftă de treabă.

Vârsta de treizeci de ani.

Mi-am zis că voi fi activă şi productivă întreaga zi. Să serbez prin muncă şi trudă, dacă tot era o zi cu încărcătură simbolică. Să fac pe dracul în patru ca să obţin şi eu starea de spirit a stăpânirii de sine.

Să nu am aşteptări de atenţie, gratificare şi preamărire doar pentru că era ziua mea şi aşa mi se părea mie, încă din copilărie, că de ziua mea trebuia să fiu

centrul universului.

Agentul îşi face apariţia la opt dimineaţa aşa cum stabilisem. Voiam să încep ziua devreme. Şi productiv. În măsura posibilităţilor.

Am petrecut ca cel mai mare satir 41, ca un Dionisos înflăcărat. Ani de zile. Anul ăsta, că intru în maturitate, vreau să fiu cumpătată şi muncitoare. Mă nemulţumeşte că nu am îmbrăţişat ordinea, disciplina şi munca la timpul lor. M-am trezit cam târziu să vreau să fac şi să am ce se cuvine.

Preţ de câteva minute bune mi-am vărsat tot amarul că nu mă făcusem om mare mai din timp. Până m-a întrerupt entitatea terapeutică.

Auto-blamarea este o componentă din orgoliu, aşteaptă o gratificare, o compensare.

Parcă voia să mă facă de doi bani fix de ziua mea. Avea ciudă pe mine. Nu putea să mă încurajeze un pic?!

Şi cum de nu mi-aţi spus asta până acum?

Era atât de vehement exprimat orgoliul încât nu putea fi sesizat orgoliul.

La ce răspuns îmi dăduse era clar că era în pasă proastă şi epuizare psihică. Nu prea am ce-i face dar hai să încerc.

Pe mine mă preocupă ce am vorbit data trecută. Faza cu excesul. Îmi doresc să îmi orientez vâna excesivă după dorinţă. Mi-e clar că nu o să mă fac eu din satir o gărgăriţă diafană şi sfioasă. Dar vreau să îmi stăpânesc şi pun la treabă zvâcul. Înţelegeţi?

Ai putea începe prin a te identifica cu ceva de acelaşi gen cu tine, nu cu ceva din genul animalic, epitet dat unui om cinic şi desfrânat, cu instincte brutale.

Atunci de ce mai există mitologie? Doar ca s-o contemplăm? Nu zicea Jung de ecuaţia mitologică personală?

Ai grijă să nu pici în extrema cealaltă.

Ok. Haideţi să lucrăm orgoliul. Nu că nu l-am fi abordat de zeci de ori până acum.

E un moment dăruit, e ziua ta, s-ar putea să reuşeşti.

Delira tâmpenii. Mult nu mai lipsea şi mă îndemna să pup şi o cruce în ideea de a-mi primi cum se cuvine darurile de la Dumnezeu.

M-am stăpânit şi i-am intrat în joc. Puteam să-mi dovedesc măcar mie de ce pot fi în stare.

Bun. Deci am împroşcat cu orgoliu în toate părţile. Ani de zile. Aşteptări că sunt specială, că mi se cuvine.

Nu mi se cuvine nimic…

Mă uit la agent. Dă din cap aprobator. Clar nu-i în toate minţile. Nici eu că mă prind în jocul bolnav de a-i face pe plac. Continui.

E evident că nici orgoliul nici exagerarea nu-mi aduc nimic bun. O să mă gândesc la darurile obţinute în urma lăsării orgoliului şi excesului.

Orgoliul e de multe ori în tandem cu excesul. Din orgoliu se vrea să se facă mai mult decât e cazul sau simţi că ţi se cuvine mai mult decât ai nevoie.

Mi-am zis că trebuie să fac un joc în cinstea domniei sale. În care să-i bag toate bazaconiile cu care mă hrănise ani de zile.

Iată ce a ieşit:

Figura 10. Joc în cinstea persoanei de la terapie – 1

Hotărârea era ceva al meu şi numai al meu. Agentul nu-mi spusese vreodată că era nevoie să fiu mai hotărâtă. Mie însă îmi părea că e o dovadă a spiritului stăpânirii de sine şi a tăriei de caracter.

Inocenţa îmi fusese aplaudată. Ştiam că o am. Datorită ei mă aşteptam să închei cu bine terapia, fără să supăr agentul.

Altruismul îl aveam.

Bucuria de asemenea. Numai că agentul nu accepta bucuriile mele dionisiace, verva sângelui meu pătimaş.

Liniştea, lejeritatea, conectarea şi atenţia îmi păreau a fi demne de a-mi fi crescute. Iar individuaţia era aşteptarea mea idealizată de când citisem Jung.

Cum scriam eu acolo la joc îmi spuneam că individuaţia presupune a-ţi dezvolta şi ceea ce îţi e mai puţin specific. Adică iubirea şi empatia.

Starea de prezenţă şi curgerea firească erau gogomăniile trecute de dragul entităţii terapeutice.

Îi arăt şi citesc desenul. Îmi spune că stării de prezenţă îi pot fi adăugate şi autonomia şi independenţa.

După care mă îndeamnă să prezint şi lucrurile rele pe care mi le aduce orgoliul, subcomponentele lui negative. Am mai făcut un desen.

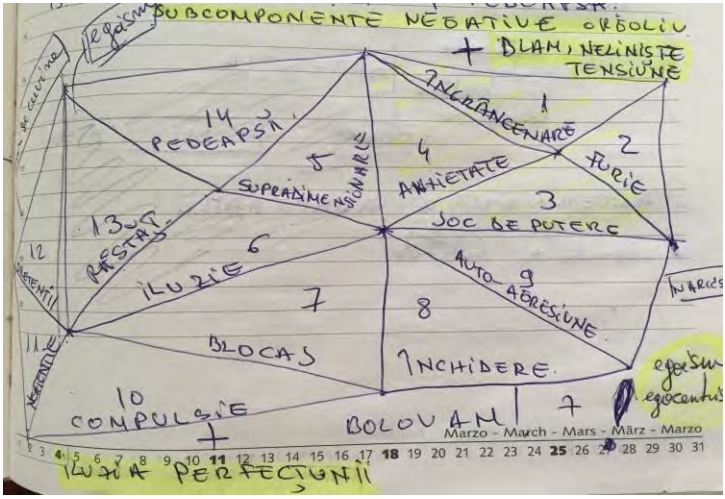


Figura 11. Joc în cinstea persoanei de la terapie – 2

Trecusem înadins mai multe. Să văd dacă agentul observă că am mai multe componente negative. Şi că prin ele mă auto-pedepseam. Nu s-a sesizat.

Părea în culmea satisfacţiei.

Mi-a subliniat că încrâncenarea (1), furia (2), jocul de putere (3) şi anxietatea (4) fac un bolovan căruia i se mai adaugă blamul, neliniştea şi tensiunea. Că pedeapsa e o dovadă e egoism şi de „mi se cuvine”. Că autoagresiunea are la bază narcisismul, egoismul şi egocentrismul. Iar compulsia vine la pachet cu iluzia perfecţiunii.

Mă făcea harcea-parcea. Înghiţeam în sec, spunându-mi în continuu că mă pot stăpâni. Poate luminata domnie terapeutică era fiinţa orgolioasă care nu era capabilă să

treacă peste atribuirea propriilor caracteristici clienţilor săi.

M-am detaşat şi i-am dat apă la moară. În speranţa că poate scot şi ceva bun din catacombele orgolioase ale minţii şi sufletului agentului.

Din câte înţeleg acum de la dumneavoastră se pare că orgoliul e un soi de duşman universal.

Ee, să nu exagerăm lucrurile. *Un om orgolios este un om vulnerabil. Cu cât deficitul e mai manifest, cu atât excesul e mai puternic*.

Îmi stătea pe limbă să întreb dacă se consideră un om vulnerabil. N-am făcut-o. Am dat-o pe mine.

Deci excesele mele nu fac decât să îmi compenseze lipsuri. Nu intră în calcul şi ideea că poate aşa sunt eu, mai intensă şi mai năvalnică? Şi că nu-i nevoie să aleg după deficite ci să îmi strunesc avântul şi poftele în direcţiile potrivite?

Strânge buzele niţel. Pesemne nu-i convine să-i fie contrazisă domnia. Deh, aşa sunt oamenii orgolioşi. Fie se supără. Ori o dau la întors. Mai ales dacă sunt terapeuţi. Meseria nu le permite să fie categorici.

Vio, fiecare om e propriul său stăpân. Rânjesc satisfăcută. După care revin la orgoliu.

Dar care ar fi antidotul orgoliului?

Bucuria interioară.

— Şi cum o dobândim?

Se construieşte din multitudinea de roluri pe care le am faţă de ceilalţi. Altfel poate apare auto-suficienţa.

Era în pasa cea mai rea. În orice găsea motiv de jale orgolioasă.

Ce bucuria nu ar avea şanse să se transforme în auto-suficienţă?

Bucuria de a fi util. Dă energie în a merge mai departe.

Îmi dăduse motivul pentru care era în pasă proastă. Probabil păţise ceva neplăcut, se simţea fără de resurse şi

îşi zicea că face utilitate prin venirea la şedinţa mea. Din păcate nu reuşise să se detaşeze de drama pe care o avea. Cânta cu nebunie la naiul orgoliului.

Mi-am schimbat discursul. Poate avea să înţeleagă printre rânduri că m-am prins de ce simte.

Ştiţi eu nu am probleme cu energia în a merge mai departe. Nu m-am plâns vreodată că nu am energie.

Nici n-am simţit-o. Drept e că uneori mă plictisesc şi obosesc. Pentru că nu îmi place ce fac.

Îţi poţi găsi ce îţi place.

Păi mi-am găsit. Doar că nu îmi pot controla voinţa. Când mă întreb ce pot face eu multe ore fără să obosesc îmi vin mai multe. Să scriu. Ştiţi că aia cu tabloul am scris-o în trei zile şi nu am simţit fir de oboseală. Să lucrez cu oamenii. Când lucram în bar stăteam şi 15 – 16 ore în picioare şi nu oboseam. Când am ceva de meşterit stau şi fac până termin. Când am zugrăvit am stat şi 10 – 12 ore şi nu m-am simţit obosită. La culcare picam ca sacul. A doua zi o luam de la început…

Fac o pauză ca să-i induc agentului că ar fi cazul să mă completeze. Nu o face. Se uită la mine fără de expresie. Continui.

Rezist dacă am motivaţia, un scop bine reprezentat. Fac multe ore, fără să obosesc. Ar putea fi aia cu Flow-ul lui Mihály Csíkszentmihályi. Da’ n-am chef de ea, e prea savantă. Cum aţi explica rezistenţa fără de oboseală?

A face multe ore ceva fără a obosi presupune existenţa unei atenţii concentrate, stabile, distributive şi deschise. Poate fi descrisă şi drept focus. Oamenii pot fi focusaţi ore în şir atunci când atribuie o semnificaţie potrivită şi motivantă muncii lor.

Super! Vreau să pot face asta după propria mea voinţă. Să fiu în stare să bag focusul după bunul meu plac.

Nu după context şi motivaţii inconştiente.

Se uită lung la mine şi îşi plimbă ochii dintr-o parte în alta.

Ceea ce ajută ar fi *alternanţa adaptabilă*. *Între*

calităţi şi limite, între odihnă şi atenţie, între joacă şi muncă.

Era o trăsnaie mai beteagă ca flow-ul lui Mihaly. N-aveam ce să scot. Totuşi insist să îmi dea un exemplu.

Începe să îmi vorbească de analiza tranzacţională şi alternanţa potrivită între cele trei instanţe ale eului, părinte, adult şi copil. Ce e adaptat şi ce nu e adaptat. Îmi face şi un desen cu trei cercuri în agendă.

Guiţă nişte enormităţi de fuge şi curca beată. O sforăială de toată jena. E un fel adaptare schiloadă şi populistă a schemei cu sine (copil, instinctual), eu (adult, decizie) şi supra-eu (părinte, judecată înaltă, sediul simţului moral) construită de Freud. Nici nu merită să o detaliez mai mult de atât.

Îi ascult prezentarea după care încep să i-o ocărăsc subtil. Îi zic de dezvoltarea personală pe care le-o fac companiile angajaţilor. Care e un fel de psihologie de mâna a doua, ce încearcă să îi bage pe toţi în acelaşi tipare.

Evident că îmi zice ceva care să mă facă să mă îndoiesc de mine. Îmi povesteşte despre importanţa inserţiei sociale în construirea eului adult.

Mă simt vinovată că nu am şi eu o inserţie socială demnă, o carieră frumoasă. Îmi pun pe tavă vina în faţa agentului. Parcă mă ascultă cu satisfacţie. La sfârşit mă îndeamnă ca data viitoare să lucrăm pe destructurarea orgoliului pe instanţa inserţiei sociale.

Avusesem parte de o şedinţă aniversară în care mâncasem pelin şi cucută din palma entităţii terapeutice.

Poate o meritam din moment ce împlineam treizeci de ani şi încă nu aveam un rol demn şi respectabil în societate.

În generaţia mea vârsta de treizeci de ani e văzută ca un lucru nedorit, intrarea în infernala şi serioasa maturitate, începutul îmbătrânirii şi decăderii fizice. E un fel de criză pentru cei care nu au familii, copii şi slujbe stabile.

E un fenomen generalizat. L-au sesizat şi psihologii şi sociologii. A fost denumit „Generaţia Peter Pan”. E formată din indivizi cu vârste între 25 şi 39 de ani, „adultescenţii”.

„Cariera lor nu se află într-un punct definitoriu, nu ştiu încotro se îndreaptă, au sau nu relaţii, dar toţi fug de căsătorie şi, mai ales, de copii. Planurile lor de viitor includ, cel mult, o vacanţă de vară42”.

Statisticile arată că atât în România, cât şi în întreaga Europă, sunt din ce în ce mai mulţi adultescenţi care locuiesc cu părinţii, nu au o slujbă stabilă, se concentrează mai mult pe prezent, nu sunt căsătoriţi şi nu au copii.

Se ştie de mulţi ani că majoritatea ţărilor dezvoltate au intrat pe spor natural negativ, adică mor mai mulţi oameni decât se nasc.

Eu nu mă simţeam iresponsabilă şi fără planuri de viitor. Ştiam că trăisem cu toate motoarele plăcerile momentului. Reuşisem să le ţin în frâu ca să scriu şi să iau casa.

Eram mândră de mine că reuşisem. Nu mi se părea suficient. Puteam să îmi însuşesc şi mai multă stăpânire de sine şi determinare. Ca să las ceva bun în urma mea.

Îmi începusem aniversarea cu mai multe palme metaforice pe după ceafă. Nu m-au dărâmat. Ştiam că pot fi umilă şi persistentă în a obţine ce voiam.

Am continuat ziua prin muncă. Mi-am terminat de scris CV-ul, construit sforăitor şi cu limbă de lemn.

Numai bun ca să fiu acceptată la Institutul Diplomatic.

Apoi m-am dus la mama să montez mobila. Am meşterit până seara alături de o tanti care o ajuta pe mama la curăţenie şi un prieten. Mă simţeam bine, mă serbăm prin muncă. Era o noutate. Îi dădeam cu tifla spiritului adultescent. La sfârşit am ciocnit un pahar de şampanie şi am mâncat o felie de tort.

Eram mulţumită, avusesem o aniversare simbolică. Îmi spunea că mă pot stăpâni şi ajunge acolo unde voiam.

Adică la spiritul stăpânirii de sine şi la o cunună de realizări.

În zilele ce au urmat am terminat de aranjat apartamentul mamei ca la carte şi i-am dat înainte cu actele şi recomandările care îmi trebuiau pentru admiterea la IDR.

Vine terapia. Povestesc ce am făcut. După care îi expun entităţii situaţia generaţiei Peter Pan. Ca să-i conving luminăţia că de fapt nu sunt orgolioasă. Au oamenii orgolioşi autocritică? Se gândesc ei că sunt la genunchiul broaştei cu a lor construcţie de sine? îşi dau ei silinţa să fie cumpătaţi, presistenţi şi umili?

Degeaba am ţinut un monolog în care subliniam că orgoliul nu îmi este specific.

Am fost pusă cu botul pe labe. Mi s-a spus că *„din lipsa exprimării nevoii apare orgoliul, ca o supracompensare”*.

am umplut de vină. Lucrasem înainte de vacanţă la exprimarea nevoilor. Pesemne că nu o făcusem bine, din moment ce mi-o aducea iar în prim plan.

http://adevărul.ro/life-style/stil-de-viaţă/generaţia-peter-pan-adultii-refuza-maturizeze1.5_led5_f93_c7_b855ff5662_e243/index.html (accesat la 22.07.2016)

Nu zic nimic de vină. Doar încerc să scap de ea, susţinând cu tărie că îmi voi da afară orgoliul din structura personală.

Era o afirmaţie idioată, grăită sub imperiul tensiunii. Agentul se sesizează şi îmi explică că fac o confuzie între structură şi sistem. Căci orgoliul are o arie de acoperire sistemică, nu e doar punctual.

Intru în joacă bolnavă şi insist să nu ştiu care e diferenţa dintre sistem şi structură. Am parte de pologhie de jumătate de oară în care mi se explică cum „structura e ierarhică” iar „sistemul are mărimi de ieşire şi feed-back”. Am iscat o lecţie ca la şcoală.

Îmi vorbeşte de structura la nivel psihic şi ierarhia dintre inconştient, preconştient şi conştient. Şi de sistemul

interacţiunii dintre sine, eu şi supra-eu.

Erau chestiuni pe care le ştiam deja. Bătusem toba lui Freud la zeci de ore de terapie. Mă frapa că mă trata ca şi cum nu aş fi citit mii de pagini de psihanaliză.

Drept e că eram şi curioasă dacă e în stare să îmi facă o explicare simplă. Să îmi fi spus că sistemul e grupul de elemente dependente, ordonate prin legăturile dintre ele iar structura e ierarhizarea elementelor din sistem.

Dar nu, s-a pierdut în exemplificări şcolăreşti.

După capul meu nu greşisem când spusesem că îmi voi scoate orgoliul din structură. Îmi spuneam că discursul agentului de la ultima şedinţă îmi indusese că orgoliul rămăsese buba mea de căpătâi. Adică ocupa locul întâi în ierarhia reprezentărilor şi acţiunilor mele.

Las entitatea să-şi termine ifosele, notez şi în agendă. După care revin de unde pornisem, la ce făceam şi dregeam. Cum îmi dădeam eu silinţa să îmi depăşesc condiţia de satir speculativ şi contemplativ.

Iar mi se dă o palmă peste ceafă. Nu sunt susţinută deloc că pot şi că e bine ce fac. Mi se vorbeşte despre

„Dezvoltarea fără prilej de orgoliu”.

Încep să mă vaiet că am ars gazul de pomană ani în şir, m-am bâţâit şi nu am pătruns lumea aşa cum ar fi trebuit să o fac.

Rău am făcut.

Am pornit o altă tărăşenie despre orgoliu. Cică *destructurarea orgoliului din perspectiva acelui „dacă şi cu poate” presupune să văd că „fiecare dat îşi are beneficiul lui”* şi *„tot răul spre bine”*.

E o neghiobie sinistră. Putea pur şi simplu să îmi spună că îmi pot accepta trecutul şi pot fi optimistă, căci trecutul mi-a oferit tot ce trebuie.

Orice ziceam era băgat în oala orgoliului. Fac un alt joc.

Bun, destructurăm orgoliul. Dar nu am vorbit nimic despre nevoia mea excesivă de atenţie. Care sigur este un indicator de primă mână al orgoliului.

Semnalează abandonul. Cu cât mă simt mai abandonată, cu atât cer mai compulsiv atenţia.

— Şi isteria nu e o dovadă de orgoliu?

— *Isteria e o profunzime a abandonului.*

Bătea toaca prostiei psihologizate mai ceva ca cel mai vrednic călugăr dintr-o mănăstire.

Îmi zic că aşa face psihologia, leagă abandonul de multe rele ale omului. În loc să-i dea un şut în popou şi să-i zică că trebuie să lucreze la tăria lui de caracter şi la stăpânirea de sine.

Până la urmă te simţi abandonat şi te blochezi atunci când nu ai tărie de caracter.

Eu trecusem de etapa copilăriei, nu mai ziceam nimic de familie. Insistam că vreau să fac şi să dreg. Iar afurisenia terapeutică îmi vâra perfid abandonul în suflet. Poate doar mă verifica, să vadă dacă am trecut peste abandon sau nu.

Aşa că am pus piciorul în prag. I-am zis că n-am eu energie şi intelect de investit în abandon căci am ceva mai important de făcut, înscrierea la IDR.

I-am cerut agentului să-mi diferenţieze aptitudinea de abilitate şi de capacitate. Îmi făcusem scrisoarea de motivaţie şi voiam să verific dacă mi le exemplificasem bine pe ale mele.

Mi-am confirmat că da.

La sfârşit entitatea m-a felicitat că mi-am pus în cuvânt nevoile intelectuale şi mi-a sugerat că am putea lucra lipsa exprimării nevoilor emoţionale.

Am fost de acord dat fiind că în zilele ce urmau aveam în plan să îmi depun candidatura la IDR. Mă păştea o tensiune mare. Dacă aveam să fiu respinsă?

Din acest motiv mi-am luat nu una, cum se specifica în cerinţele de admitere, ci două recomandări. Să îmi cresc cumva şansele.

Pe întâi octombrie mi-am depus dosarul. Îmi frângeam mâinile cu înfrigurare. Urma să primesc pe mail confirmarea sau respingerea candidaturii mele.

am primit nimic până la şedinţa terapeutică din şase octombrie. Eram într-o stare proastă.

Am început prin a-mi face iar a mea culpa pentru că nu făcusem ce trebuia la timp. Pentru că mă lăsasem purtată de micile plăceri, în loc să îmi dau şi eu strădania să fac ceva în conformitate cu principiul realităţii.

Agentul terapeutic a fost mişcat de a mea deznădejde şi mi-a zis una frumoasă. Cică *„principiul plăcerii e punctul originar al bucuriei”*.

Îmi venea să-i vărs o găleată cu lături în cap. Nu puteam să-mi zică asta când mă îndoiam de bucuria mea?

Mă torturase pe degeaba cu bucuria autentică.

Măcar mi-o spusese. Înţelesesem că nu mai aveam de ce să mă mai îndoiesc de impetuozitatea, spiritul meu năvalnic şi poftele mele de satir. Tot bucurie se chemau.

Eram ca pe ghimpi. Nu aveam poftă nici măcar să mă joc cu agentul. Îmi expun oful.

Mă bucură să aflu că principiul plăcerii e originea tuturor bucuriilor de pe lumea asta. Numai că-s tare amărâtă în aşteptarea confirmării. Şi n-am cum să nu mă gândesc că puteam să mă apuc de treabă de mai demult… Eram şi eu acum un om realizat.

Îşi dă ochii peste cap şi începe cântarea.

Orgoliul este un substitut dezadaptativ pentru diverse lucruri cu rost, fireşti. E o formă iluzorie investită ca fiind potrivită. Implică o percepţie deformată a realităţii şi provoacă suferinţă.

Păi nu vedeţi cât sufăr eu şi acum?

Suferinţa e în afara orgoliului. Nu ai cum să ştii ce e bucuria dacă nu ştii ce e suferinţa. Din suferinţă se poate ajunge la detensionare şi alchimizare.

Păi şi ce să fac acu? Să înghit şi mai multă suferinţă? Eu rezist la multe. Dacă acu trebuie să trec prin iad ca să ajung în rai, aia e.

E nevoie să pierzi ca să ai dar.

— Ce să pierd?

— Orgoliul.

Da, înţeleg. Da am impresia că treaba asta cu orgoliul e mai mult decât pot duce.

Uite, poţi citi Egipteanul, o carte scrisă de Mika şi încă ceva, nu îmi amintesc. Descrie un frumos proces de alchimizare al suferinţei.

Aha, da nu mai bine fac eu acum unul? Să luăm orgoliul ăsta de lucrăm la el de trei dăţi şi nu se întâmplă nimic. Văd că persistă.

Ce sugestie ai?

Păi să zicem că orgoliul mă duce la perfecţionism. Asta mă orbeşte şi nu mai văd firescul. Aşa că am lipsa exprimării nevoii. Ce ar fi de făcut?

Acceptarea şi detaşarea.

— Păi şi nu le accept? Vorbesc despre ele, îmi fac mea culpa, scriu şi în agendă. Ce să mai fac?

Procesualitatea creaţiei de sine e de durată. *Include şi spiritualitatea şi liniştea*.

Aha şi ce am făcut până acum cu mine nu se cheamă creaţie de sine?

Sunt mai multe straturi de acceptare până se ajunge la liniştea interioară.

Bine, pe aia nu o am. O să fac de trei ori acceptare, bag multă asumare şi ajung la adaptare.

Logica excesului nu e în firescul lucrurilor.

Poate. Eu acu sunt în prag de a începe să fac altceva cu viaţa mea. Dacă am noroc şi sunt admisă. Şi bănuiesc că o să îmi trebuiască niscaiva exces de străduanie ca să asimilez şi acumulez noile norme.

De la integrarea normelor se ajunge la dezvoltare şi apoi iar la asimilare. *Motivaţia existenţială e aceea de a fi util*.

— Ehee, măcar mie de mi-aş fi utilă şi aş scăpa de frică.

— *Totul, se construieşte, cu răbdare şi asumare*.

— Cu perseverenţă, cum am văzut la cei din jurul

meu.

— *Înţeleg că vrei să imiţi*?

— Eu nu vreau. Dar aşa ies lucrurile. Uitaţi-o pe mama, a perseverat cu munca şi învăţatul şi a ajuns departe. Are cei mai mulţi pacienţi din secţie, e apreciată, e respectată.

— *Starea de nediferenţiere cu mama poate fi lucrată…*

Mai ales dacă există când ai 30 de ani, nu-i aşa?

Nu e cazul să picăm în blam.

Nu-i vorba de blam. Avem de-a face cu un model. S-a dovedit a fi bun. Eu nu i-am urmat modelul mamei. M-am revoltat pe toţi şi pe toate, dar o stare de nediferenţiere există între orice părinte şi orice copil… Mai bine o înghit, ca să trec de ea.

— *Mai bine te-ai rezuma la nediferenţierea universală*.

— Adică?

La acea vibraţie a vieţii, la „suntem toţi una”.

Îmi vinde gogoşi mistice. Nu mă simt în stare să i le combat. Oricum mă face să mă simt bine gândul că suntem toţi una. Poate îmi ajunge mai repede dorinţa în sufletul celor de la IDR şi sunt admisă. Îi dau agentului un răspuns tărăgănat, care iscă şi mai mult misticism neghiob.

E o perspectivă frumoasă, dar bănuiesc că se ajunge greu la ea.

Nimic nu este greu când îţi doreşti cu adevărat. Oricine poate avea acces la primenirea spirituală.

— Chiar şi copii?

— Fireşte. *Copilul când diferenţiază între bine şi rău începe să facă alegeri, interiorizează şi reguli, începe să se perceapă pe sine*.

— Aha, ca să se transforme în adult şi părinte apoi. Nu-i aşa?

— *Identitatea adultă şi identitatea de copil se suprapun*.

Îmi venea să-i fac de ocară trecerea de la misticism la analiza tranzacţională. M-am abţinut. Am schimbat subiectul, m-am plâns de frica mea cea mare că nu voi fi admisă. Şi de vinovăţia că nu făcusem lucrurile la timp.

Am fost încurajată să îi dau voie emoţiei în toată plenitudinea ei. Îmi părea redundant din moment ce o făceam. Mi-a zis că sunt în „perioadă de germinare pe lucrul emoţiei".

Avea o percepţie schiloadă. Eram doar în frică că nu-mi va fi admisă candidatura.

În loc să-mi împovărez familia şi prietenii cu a mea frică şi a mea vinovăţie că n-am făcut lucrurile la timp, mai bine i-o turnam agentului. Să se spele pe cap cu ea şi să realizeze că nu incapacitatea emoţională era problema mea. Ci frica.

Nu realiza. Mi-a dat chiar şi o temă. Cică *să încerc să mă exprim mai des, să încep cu „azi simt nevoia să vorbesc despre…"*

Neghiobii psihologice.

Timp de o săptămână am stat cu frica în oase.

Până pe 13 octombrie, când aveam terapie, nu primisem încă un răspuns de la IDR.

Vine agentul şi încep să mă văicăresc că nu sunt în stare de nimic, n-am făcut nimic bun cu mine şi viaţa mea e o durere continuă în pofida strădaniilor mele de a face ce se cade, ce e potrivit.

Sunt încrâncenată şi mătur orice încercare a agentului de a-mi întrerupe torentul de vaiete. Chiar trebuie să-mi descarc tensiunea.

La un moment dat agentul începe să îmi vorbească de *bucurie*, *încredere*, *stabilitate* şi *valori*.

Aşa mai venim şi noi de acasă! Astea-s nişte lucruri bune, vreau să le absorb şi stăpânesc după voinţa mea.

E bine să le am faţă de mine însămi. Aduc beneficiu asupra structurii psihice.

Normal. Perseverezi şi până la urmă le obţii. Cu semnificaţiile care îţi sunt ţie specifice…

Stabilitatea implică bucurie, încredere şi valori. Ai nevoie de stabilitate, ca să flexibilizezi.

Adică?

Dacă nu ai structurare, flexibilitatea e pe dinţi de fierăstrău.

Complex. Da' o să fac fac eu cumva şi o să-mi iau şi stabilitatea, chiar dacă sunt acum respinsă. O să vedeţi…

Bine ar fi să îţi reprezinţi stabilitatea drept constanţă. Şi nu ritual, căci este cutia perseverentului.

— Las că mă condiţionez eu să fiu şi stabilă!

Ai grijă! Condiţionarea e agresivă, e ambivalenţa între iubire şi ură. Nu-i o lecţie emoţională potrivită.

Îmi venea să-i dau o lecţie de pumni şi picioare ca să termine cu încercările de a mă condiţiona să fiu o oaie emoţională. Şi cu grija nedorită pe care mi-o purta. Dar mi-am băgat furia în argumentare.

Ştiţi, depinde de perspectiva din care priveşti condiţionarea. Sunt reflexele necondiţionate, dar există şi condiţionarea inerentă oricărui proces de învăţare şi educare. Nu există nimic pe lumea asta care să fie necondiţionat, în afară de instincte. Inclusiv pe alea le poţi educa. Uitaţi-vă la artele marţiale, îţi educă instinctul agresiv, te învaţă să îl stăpâneşti în folosul tău. Eu nu mai vreau să-i condiţionez pe cei din jur, ci să mă condiţionez pe mine.

Perspectiva ţine de ce conţinut valoric ai, valoarea devine unghiul din care ai perspectiva.

Păi eu valorizez libertatea şi stabilitatea. Se cam bat cap în cap.

— *Poţi vedea libertatea ca independenţă.*

— Aha. Şi cum fac eu asta?

Să găsesc la nivel interior soluţia, ce mă face să fiu relaxată, cu ce le preschimb…

Cu forţă şi încredere!

— Ai grijă cu agresivitatea. Te poţi focusa pe *investirea energiei în lucruri potrivite.*

Da, pe *lucru intelectual*. *Cam asta vrea lumea de la mine*. *Să fiu un intelectual rafinat*. *Poate o să fiu*.

Dacă o să îmi stăpânesc şi mai bine instinctele şi poftele.

Mă pot concentra pe ce mă împlineşte, *simt că mă reprezintă*.

Da? Adică pe excese, încrâncenare şi pofte dionisiace? Cu astea ştiu sigur că mă identific. Am învăţat treptat să le stăpânesc întru a face şi obţine ce trebuie, ce e matur şi stimabil. Dar, spre exemplu pofta mea de a petrece e tot acolo. Tot îmi place de ea şi mi-o doresc.

Oftez. De fapt voiam să spun că realizasem că am nevoie de stăpânirea de sine pentru a dobândi mai bine controlul şi puterea. Nu-mi permiteam să-i spun aşa ceva entităţii terapeutice, căci începea colindul primenirii şi iubirii necondiţionate.

Aveam impresia că nu-mi pot exprima după pofta inimii voinţa de putere, căci eram judecată. Agentul dispreţuia lupul din mine. Aşa că scoteam vulpea la înaintare. Îi pândeam domnia ca să-mi dea în cele din urmă eliberarea de gestul terapeutic. Şi până atunci să mai învăţ una-alta despre stăpânirea de sine.

Agentul oftează la rândul său. Îşi plimbă ochii dintr-o parte în alta. Apoi grăieşte.

Vio, încrâncenarea ta în ritualul alcoolului poate fi destructurată.

Da, încă beau ca minerul din când în când. E un exces. Nu doar că mă scapă de frică şi tensiune dar e şi acceptat social. De aia înfloresc cluburile de noapte şi barurile. Beţia de weekend e un ritual care s-a împământenit şi câştigă teren. Şi mai sunt şi rezistentă. Nu fac la beţie lucruri pe care să le regret apoi, nu mi se face nici rău. Beau şi îmi place. Îmi asum. Nu zic vreodată că „vai, nu mai eram eu, era alcoolul din mine”. Cum am văzut că fac mulţi petrecăreţi.

E o disociere. *O reiterare în disociere*.

Pe dracu’. Eram conştientă de interacţiunea mea cu

excesul bahic. Mult mai bine ca adultescenţii de treizeci de ani din jurul meu. Ca să o demonstrez am făcut un joculeţ proiectiv.

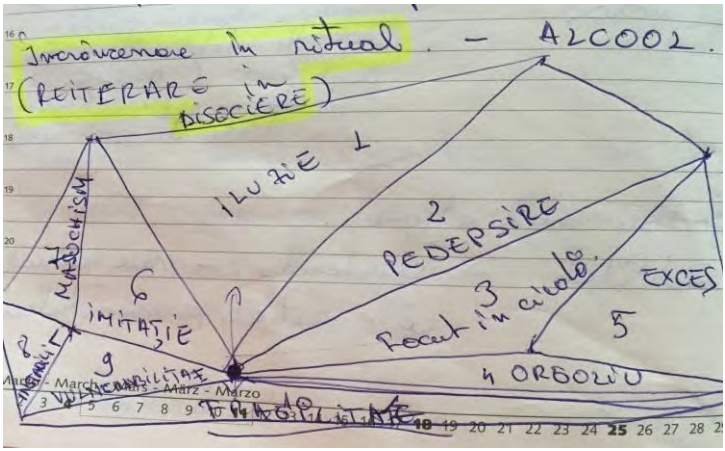


Figura 12. Ritualul Bahic

Îi întind caietul. Rânjesc satisfăcută. Şi încep să îi explic.

Ritualul meu bahic era o modalitate iluzorie de a scăpa de iluzia unei auto-percepute fragilităţi (10). Vedeţi? Fragilitatea e la baza figurii, toate celelalte se sprijină pe ea. Iluzia (1) e cel mai mare triunghi din figură. Totuşi e la concurenţă cu pedepsirea (2). Deci mă pedepsesc pentru iluzia de a fi fragilă tot printr-o iluzie. Faptul că rezist la băutură îmi dă o iluzie că nu mai sunt fragilă.

Acceptarea limitelor nu este o dovadă de fragilitate.

Păi staţi aşa că nu e vorba despre asta. Eu am o percepţie distorsionată că sunt fragilă. Şi o frică imensă de ea. Prin excese îmi demonstrez mie şi celorlalţi că nu sunt. În copilărie mă durea enorm când mi se spunea să am grijă…

Ultima frază o zic apăsat. Mă uit pe sub sprâncene la entitatea terapeutică. Tresare puţin şi face ochii mari.

Deci se simte. Continui.

Mama şi bunica se comportau de parcă aş fi fost un bibelou de porţelan ce s-ar putea răni sau lovi în orice moment.

Nu este cazul să te compensezi prin excese care îţi dăunează.

Eu vă înţeleg că nu beţi şi starea de beţie vi se pare ceva catastrofic. Pe lumea asta sunt o grămadă de beţivi. Şi Dionisos stă fix alături de Apollo. Nu poţi să-l negi nici pe unul, nici pe altul.

Dar se poate încerca cumpătarea.

Aşa e. Poate că e bine că vedeţi băutul meu peste măsură ca pe o tragedie. Aşa îmi mai dubitez obiceiul, îl mai dozez. Ca nu care cumva să devin alcoolică. Oricum nu e cazul, am un stil excesiv şi nu dependent. Dacă eram tipul dependent nu reuşeam eu să renunţ aşa dintr-odată la anxiolitice şi somnifere atunci când m-am lovit la cap. Şi nici la bâţâială.

Reziduurile bâţâielii sunt cât se poate de insidioase.

Păi şi ce să fac acum? Să îmi mai bag o fricã?! Aia de reziduu?! Nu mulţumesc. Mă cocoşează destul toate astea pe care le am. Uneori mă întreb de ce mă urăsc atât de tare. Pentru că am impresia că frica asta e o dovadă de ură îndreptată împotriva mea. Mă las purtată de îndoiala de sine, când eu de fapt vreau putere şi curaj.

Îţi poţi accepta vulnerabilităţile.

Cum?

Să fiu constantă în a mă iubi şi a-mi îndeplini ceea ce mă împlineşte, mă reprezintă.

Pusese punctul pe i. Puteam să-i spun că voinţa de putere e cea care mă împlineşte şi reprezintă, dar nu aveam curajul. Pentru că într-adevăr nu mă iubeam suficient. Dacă mă iubeam nu mai aveam nevoie de psihoterapie. Ori aveam încredere să-mi văd de acumulare şi îndrăzneam să încerc lucruri riscante ca să las ceva bun în urma mea. Ori eram sub tratament psihiatric pentru delir de grandoare.

Din păcate mă scăldam în nişte ape călâi, nici prea-prea, nici foarte-foarte. Mă complăceam într-un discurs al unei competenţe terapeutice limitate. Din frică.

Mi-am înăbuşit voinţa de putere, n-am zis o iotă de

despre ea. Am început să mă plâng de excesele mele, că nu pot fi şi eu om cumpătat, că nu sunt în stare să am parte de logica bunului simţ. Jucam hora entităţii terapeutice din frica că voi fi respinsă la IDR şi din frica că nu voi reuşi să mă stăpânesc aşa cum voiam să mă stăpânesc. Adică bine, cu tărie de caracter şi voinţă de fier.

La sfârşit agentul mi-a propus ca la şedinţa următoare să lucrăm excesul cu toate faţetele lui.

Am acceptat. Îmi părea o idee bună. Poate aveam să aflu vreo informaţie ce avea să contribuie la întărirea voinţei mele. Nu aveam nici cea mai vagă pulsiune de a renunţa la excese. Voiam doar să le stăpânesc în folosul meu. Intuitiv simţeam şi percepeam că sângele pătimaş nu poate fi diluat. Ci doar direcţionat acolo unde trebuie.

Peste patru zile am primit mailul mult aşteptat. Fusesem admisă la IDR.

Am simţit un mare val de încredere. Reuşisem. Mă înserasem într-un mediu în care îmi puteam construi o carieră. Dacă voiam. Rămânea de văzut dacă mă împlinea şi mă reprezenta ce se întâmpla pe acolo.

Era ceva ce ţinea doar de mine. Nu aveam dorinţa de a amesteca entitatea terapeutică în noua mea încercare. Simţeam că mi-ar fi pus piedici. Nu uitasem că îmi făcuse de doi bani arhetipul omului de succes. Îl dispreţuia, zicea că era orgoliu în formă pură.

Îmi doream să obţin confirmarea pentru ceea ce eram şi să închei în relaţii bune reactivul meu demers terapeutic.

Eram dispusă să renunţ chiar şi la carte dacă prindeam ceva mai bun.

La trei zile de la marea confirmare am avut terapie. Am oscilat între a-mi expune spiritul de lup hulpav şi a cocheta cu discursul agentului. Speram naiv să obţin gajul entităţii că nu mai am nevoie de terapie, că mi-am pus lucrurile în ordine.

Nu s-a întâmplat.

Vine agentul. Îi prezint cum am fost eu admisă, cum

am intrat pe calea carierei şi cum vreau să ajung la deplina stăpânire de sine. După care încep să-i zic cum îmi gestionez eu excesele.

Am ajuns aici. Nu sperasem eu vreodată ca fanteziile mele de a ajunge într-un mediu elitist să prindă contur. Am treizeci de ani. Sunt conştientă de ce am făcut bine şi ce am făcut rău. Năzuiesc să pot mai mult şi mai bine. Să îmi stăpânesc excesele. Îmi e clar că înlăturarea lor iese din discuţie. Asta sunt, un lup vulcanic. Am tot învăţat să mă gestionez aşa cum sunt. Şi o s-o fac în continuare.

Azi putem aborda bucuria de a lucra cu mine.

Da, să învăţ să îmi valorific şi mai bine timpul liber. Să mai stea şi el sub semnul bucuriei faţă de propria persoană. Şi să nu fie consumat de plăceri compulsive, cum s-a tot întâmplat până acum.

Ai dobândit o procesualitate a stării de prezenţă.

Cu siguranţă. Şi tocmai ea mă face să văd că excesul e în sufletul meu. Dar şi că îl pot stăpâni. Îmi pot alege calea şi oamenii care să-mi fie alături, să mă înţeleagă şi accepte aşa cum sunt.

Să înţeleg că a venit momentul în care te preocupă viitoarea ta relaţie de cuplu?

Poate. Mai ales că pe restul le-am cam rezolvat. Şi realizez că parteneriatul poate oferi afecţiune, încredere, stabilitate. Numai că fiecare are propria lui percepţie subiectivă despre ce înseamnă aceste lucruri.

Cuplul poate fi instanţa ce valorifică integrarea subiectivă a achiziţiei interioare.

Nu ar fi un mod restrictiv de a percepe lumea? Că poţi prinde valoare doar dacă eşti în cuplu?

Vorbim de o integrare firească, potrivită.

Desigur. Doar că percepţia generală e că eşti mai stabil atunci când ai o relaţie.

— Există o *stabilitate dinamică, care duce la flexibilitate, pe principiul fizic, totul se mişcă*.

— Da. Numai că fiecare se naşte cu o anumită constelaţie neuro-chimică. De aceea oamenii au percepţii

diferite asupra stabilităţii dinamice. Unii o văd drept linişte, calm şi blândeţe, caută probabil serotonina. Alţii, ca mine, o văd ca o succesiune de provocări, de obstacole depăşite. Caută adrenalina. Şi cu focul meu viu, chiar am nevoie de adrenalină ca să-l consum, să ajung şi eu la linişte.

— *Serotonina este responsabilă de bucurie, împlinire. E cu integrativul, cu plinul, cu starea de bine, cu măsura.*

— Şi adrenalina e probabil cu intensitatea şi abuzul, ce caut eu instinctiv.

Starea de bine e diferită de euforia pe care ţi-o oferă adrenalina. Ce oferă ea e secvenţial, excesiv, fără măsură. E responsabilă de furie şi frică.

— Păi aţi zis cam ce sunt eu. Numai că am dobândit un simţ al măsurii. Sunt în stare să îmi stăpânesc principiul plăcerii întru a obţine mai multe.

Pentru cosmetizarea intensităţii adrenalinei apare principiul plăcerii. Care la rândul său este nemăsurat.

Aia e. Nu poţi să te schimbi din temelii. Nu te poţi face o oaie blândă dintr-un lup. O să îmi găsesc un partener care să mă preţuiască şi accepte aşa. De fapt am tot găsit. Numai că nu am rămas până la adânci bătrâneţi. Probabil o să vină şi momentul acela.

Bine ar fi să îţi pui câteva întrebări dubitative, să nu te mai duci cu capul înainte. Cum s-a întâmplat de exemplu cu papleacă acela nordic.

Mă pufneşte râsul. Fix adrenalina aceea dată de a mă duce cu capul înainte îmi plăcuse enorm. Nu aveam de gând să schimb ceva. Mă puteam face că voi fi cumpătată şi reflexivă. Doar – doar să obţin izbăvirea.

Râd din toată inima. Mă amuză că mi-l judecă aşa pe finlandez. Se contaminează şi agentul. Îi cânt în strună cu întrebările.

Ce întrebări ar fi bine să îmi pun înainte de a mă băga într-o relaţie.

— *Care e imaginea partenerului*? *Ce aştept*? *Ce ofer*? *Cu ce îl valorizez*? *Cu ce e valoros cuplul constituindu-se*?

Ştiţi că eu sunt cu acţionalul. Aşa că fac acum o din asta proiectivă de-a mea. Îi zic „*ce ofer în cuplu*”.

O aleg înadins pe aceea. Pentru că omisese să pună şi întrebarea „cu ce mă valorizează?”. Trebuia să reiasă în primul rând pentru ce pot fi eu valorizată.

Îmi pare un moment bun să mă izbăvesc de farafastâcul cuplului. Fac jocul. Sunt sinceră. Mai puţin partea cu feminitatea. Îmi venea să zic umanitate. Toate relaţiile mele mă făcuseră să mă simt în primul rând om. Feminitatea era o convenienţă socială pe care trebuia să o respect şi stăpânesc într-un fel sau altul. Ştiam că entitatea terapeutică aplaudă cu cinci mâini „role-sexul feminin autentic”.

Iată şi jocul meu cu cuplul.

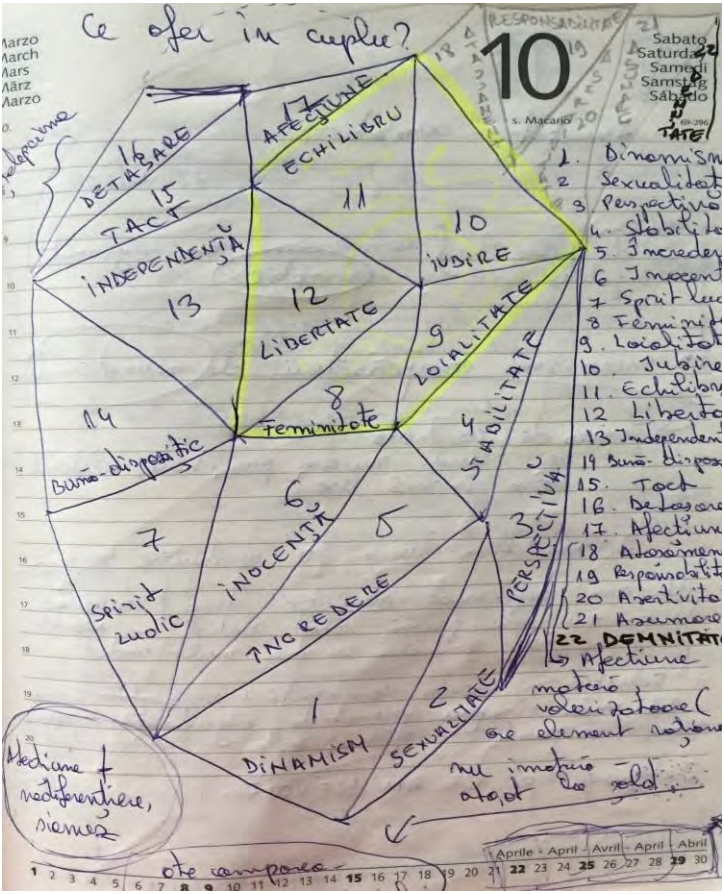


Figura 13. Cuplul, un joc pe placul entităţii terapeutice

I-a plăcut ce făcusem.

Primul lucru pe care mi l-a subliniat a fost că feminitatea face o formă comună cu echilibru, iubire, loialitate şi libertate. Am subliniat cu galben la nivel de formă dar mă îndoiam.

Da, o fi o formă bună însă dinamismul e departe rău de feminitate. Deşi e cel mai mare triunghi. Şi primul.

Ai mai avea ceva de adăugat?

Păi ia uitaţi că afecţiunea (17) e cel mai pricăjit triunghi.

Ţin să îţi amintesc că afecţiunea nu înseamnă să fi legat la şold cu celălalt. Nediferenţierea siameză. E matură şi valorizatoare.

Bun. O să bag nişte ataşament (18).

Ataşamentul implică şi responsabilitatea.

Corect. O pun aici la 19. Bag şi nişte asertivitate (20) că e bine să fii aşa şi nu agresiv. Să nu uităm de asumare. O băgăm la 21. Şi nu în ultimul rând de demnitate.

Îmi dau seama că eu vreau demnitatea dincolo de existenţa unui partener sau altuia. Treaba cu cuplul e făcută de dragul entităţii terapeutice. Poate-poate îmi dă eliberarea.

Pentru mine erau importanţi familia şi prietenii. Partenerul de cuplu, de dragul partenerului de cuplu nu avea valoare. Ori îmi era în primul rând prieten, ori vedeam o posibilă întemeiere de familie cu el. Finlandezul avusese un statut aparte, îl încadrasem şi nu îl încadrasem în sfera cuplului. Pentru mine şi sufletul meu era fiinţa care contribuise la devenirea mea şi mă făcuse să mă simt bine, să mai prind nişte încredere în mine. Nu mi-l reprezentam la nivel intern drept iubit, ci ca un prieten care îmi era dedicat şi mă ajuta să îmi depăşesc limitele. La nivel exterior, îl prezentam însă ca fiind partenerul meu. Nu de alta, dar locuia cu mine şi trebuia să-i confer

un statut recognoscibil din punct de vedere social.

Îi spun şi agentului părerea mea şi aflu că „era necesar să îmi însuşesc accepţia de iubire matură, reciprocă şi valorizatoare”.

Nu reuşisem să-i conving domnia de nimic. Eu eram „hăis” cu dinamismul şi demnitatea. Iar entitatea terapeutică era „ceas” cu iubirea reciprocă.

Nu-mi pusesem vreodată problema că ceea ce împărtăşisem în relaţii nu fusese reciproc. Era de la sine înţeles şi simţit că aşa era. Eu şi entitatea aveam perspective diametral opuse. Nu avea sens să mai insist.

Sănătos era să pun punct terapiei, dar nu, voiam să obţin confirmarea ultimă. Mai ales că aveam ceva nou care mă consuma şi intriga.

Începusem cursurile la IDR. Era un mediu fascinant. Aveam o grămadă de lucruri de observat şi învăţat. La o prelegere despre relaţiile internaţionale îmi atrage atenţia conceptul de egoism al statelor. Se vorbeşte de Hobbes şi Machiavelli. Ştiam despre dânşii din băncile facultăţii.

Însă îmi dau seama că la terapie nu pusesem niciodată problema egoismului. O fac.

Aflu că egoismul, *jocul de putere şi orgoliul sunt mecanisme compensatorii ale nevrotismului*.

Nevrotismul nu e mai mult un fel de „vai, unde mi-am pus cheile, telefonul, am închis uşa?”. Când de fapt obiectele sunt în ordine şi la locul lor?

E o altă faţetă a excesului de a controla. *Poate fi investit în lucruri ce construiesc bucuria*.

Posibil, dar cam bate câmpii. Nu mi se pare o explicaţie coerentă. Mă bag într-un mare joc bolnav. Şi scot din domnia terapeutică nişte enormităţi de cad şi mărgăritarele de pe tichia chelului.

— Bun, să zicem că mi-am exprimat nevrotic ideea sau nevoia de a nu mai primi atât control de la ceilalţi.

Ştiţi toate alea cu „ai grijă” şi cu cicăleala…

Reactiv răspund la control cu şi mai mult control.

Nasol. Ce ar fi de făcut?

Să devin conştientă şi responsabilă de mine.

Sunt chestiuni pe care le-am mai lucrat. De aceea am şi ajuns să discutăm despre asta. Vă întreb cum ar putea fi argumentată şi educată nevoia mea de a controla.

— Cel mai simplu punct de argumentare e cel care răspunde nevoilor vitale. *Integrarea a ceea ce am nevoie*.

Super, atunci voi îmbrăţişa controlul. Aşa mi-am spus în sinea mea. Şi m-am pus pe controlat agentul.

Înţeleg. Ca să integrez mai bine parcă ar fi necesar să pricep mai multe despre nevrotism.

Motivele nevrotice ar fi spaţiul restrâns, solicitarea spaţiului mai mult decât e necesar.

Aş putea face un joc pe nevrotism…

— Jocul asocierilor e potrivit în creativitate. *Când vezi o parte care e mai puţin sesizabilă*.

Ok. Înţeleg că nevrotismul e ceva sesizabil. Ce ar mai conţine el?

Aşteptările supradimensionate care antrenează intrarea în scenă a orgoliului. *Anticipările negative nevrotice, tip drob de sare*

Urâtă treabă. Ce-i de făcut cu ele?

Pot fi compensate de cele pozitive. *Proiectul personal*. *A construi, investesc energia acolo*.

Cam fac asta de doi ani. Ştiu că mai am puţin şi scap de toate relele. Sunt convinsă.

Ai putea încerca să foloseşti cuvinte cu o încărcătură mai slabă.

Adică?

Bănuiesc, anticipez, presupun sunt vorbe de măsură potrivite. *Contribuie la detaşarea mea de stază, încrâncenare, auto-agresiune şi masochism*.

Bănuiesc că am acumulat suficiente cunoştinţe despre stază. Şi presupun că îmi pot controla excesele.

Potrivit este să am alternanţă între a sta şi a acumula şi a beneficia de achiziţie.

Adică să stau liniştită şi să mă detaşez de tendinţa mea de a goni neobosit după câte ceva? Anticipez că o să vină şi ea de la sine când o să simt că m-am încărcat suficient. După care o să o iau de la început.

Agentul oftează prelung şi grăieşte o tâmpenie. Sunt calmă, imperturbabilă.

— Încrâncenarea asta a ta se lasă greu.

Desigur. Care credeţi că ar fi cauza ei? Punctul ei de origine?

Entitatea respiră adânc şi plimbă ochii dintr-o parte în alta. După care scoate bomboana de pe coliva competenţei limitate a domniei sale.

Conflictul, nediferenţierea dintre expulzarea simbolică a sânului şi încrâncenarea în a rămâne ataşată de sân.

Respir adânc. Preţ de câteva secunde vreau să-i spun că ar fi indicat să consulte un psihiatru. Cum să trânteşti aşa ceva din neant?! Nu o fac şi construiesc un joculeţ în care îi bag toate inepţiile pe care mi le spusese ani de zile.

Vio, ce faci?

Staţi aşa că vă arăt eu imediat ce e nevrotismul la mine. Puţintică răbdare…

Desenez abrupt şi cu ciudă. Îi întind satisfăcută caietul. Sunt curioasă ce reacţie are când îşi vede negru pe alb toate gogomăniile pe care mi le vânduse obsesiv.

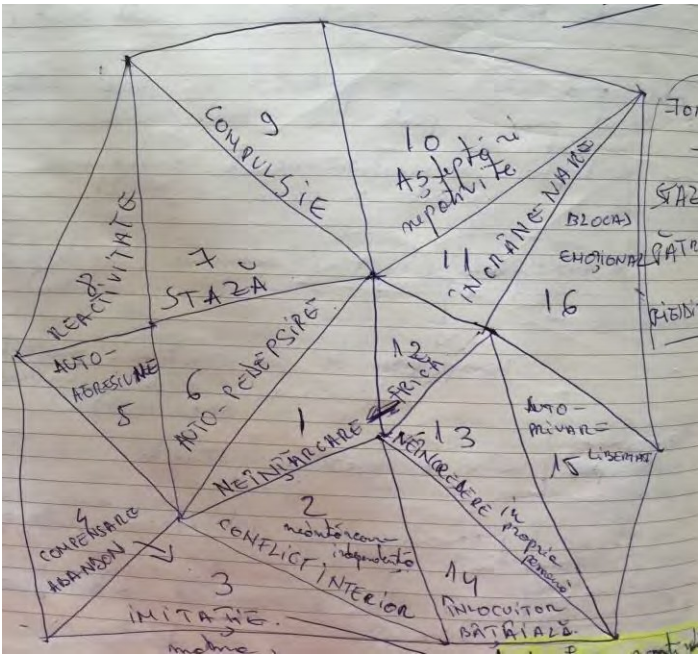


Figura 14. Bolovanul discursului terapeutic

Nu-i în toate minţile. Îmi zice că *„mă oblig prin auto-agresiune să rămân în starea de copil neînţărcat, conflictul interior este între neînţărcare şi independenţă şi însăşi forma denotă staza, e un pătrat, atestă rigiditatea”*.

Îmi păstrez calmul. Din stază mică făcuse stază mare şi îşi proiecta în tot şi în toate propria-i rigiditate şi închistare. Încerc să-i argumentez altceva.

— Să presupunem că m-am obişnuit să fac şi să caut lucrurile în exces în loc să stau şi să insist pe diverse alternative şi buna măsură.

— *Asumarea construirii de alternativă e o variantă prin care se face creşterea*.

Aproape că mă blochez. Realizez că relaţia dintre mine şi entitatea terapeutică e absolut bolnavă. Nu mai era admisibil să îmi vorbească de creştere la treizeci de ani. În condiţiile în care luasem o casă şi mă înscrisesem la o formare în diplomaţie.

Chiar şi dacă nu le făceam, tot nu era normal ca o persoană ce oferă servicii de psihoterapie să inducă

premisa creşterii. Un terapeut e plătit de clientul său pentru a-i asigura corectarea şi dezvoltarea anumitor aspecte ale personalităţii. În niciun caz pentru a susţine un ataşament tip părinte-copil.

Eu, clientul, sunt copilul care trebuie să crească. Iar persona de la terapie e părintele care e dator să mă crească, să mă înţarce. Insista cu acea creştere încă de la începuturile terapiei.

E strigător la cer. Îmi e ruşine de mine că acceptasem ani la rând o competenţă limitată. A unei persoane care se blocase în tiparul înţărcării şi în ataşamentul parental. Pesemne îmi interpretase bâţâiala ca neînţărcare.

Îmi zic că poate exagerez. Şi că pot avea răbdare să-i induc metodic cine şi ce sunt. Şi poate îşi dă seama că se înşală cu înţărcarea.

De fapt nu rezist tentaţiei de a-i controla domnia. Obţinusem o confirmare mare a neputinţei sale. Ceea ce îi făcea luminăţia tare vulnerabilă în ochii mei.

Percep că pot să-mi duc jocul până la capăt. Să-i manevrez serenisima alteţă întru a-mi recunoaşte meritele şi a-şi pune în cap cenuşa competenţei limitate.

Îmi dau seama că bat câmpii şi eu. Măcar mă simt mai bine. Îmi spun în sinea mea că voi rezolva eu cumva ataşamentul de entitate şi competenţa-i limitată. Revin la joacă. Ceva mai dur. Îmi făcusem un duş rece la creier.

— Se pare că îmi e frică să mă înţarc, nu-i aşa?

Adică mi-e frică de construirea independenţei, a creşterii, în mod natural, firesc. E nevoie să pierd sânul simbolic pentru a o accesa.

Ce să accesez?

— Creştere, responsabilitate, libertate interioară.

Bănuiesc că lipsa mea de creştere e o mare limită.

Limita văzută şi rezolvată se transformă în calitate, în zestre existenţială.

— Părinţii mei mi-au lăsat o zestre materială. E de datoria mea ca măcar să o dublez. Să las ceva în urmă.

Zestrea existenţială poate fi văzută şi ca înmulţirea talanţilor…

Excelent. Asta e ce îmi doresc.

— Stai că nu am terminat. *Zestrea nu se referă doar la material, ci şi la spiritual. Spiritualul presupune o unitate între afectiv, intelectual şi raţional.*

— Normal. Să ştii că ai o zestre îţi dă stabilitate. Numai că ţin să vă amintesc de unde am plecat azi. Am început cu ritualul de control.

— *Starea de prezenţă înlătură şi ritualul de control.*

Şi te face să discerni iluzia de realitate şi plăcerea de necesitate. Nu am cum să uit că aţi zis că plăcerea e punctul originar al bucuriei.

Nu e neapărată nevoie să îmi destructurez plăcerile ci să le primenesc pornind de la premisa utilului, necesarului şi a bunei-măsuri.

Da. Aşa pot să disting şi curajul de bravadă, îndrăzneala de demonstrativitate şi precauţia de nevrotism.

— *Nevroza înseamnă ce e mai mult sau mai puţin faţă de ce e util, necesar şi cu bună măsură.*

Am încheiat şedinţa în cântec de bună măsură. Deşi sufletul îmi fierbea de ciudă că ţinusem lângă mine o entitate terapeutică cu o competenţă limitată.

Am trimis ciuda la plimbare căci era şi ziua mamei mele. M-am dus să o serbez cu doi prieteni.

Am mai avut câteva cursuri, m-am afundat în domeniul relaţiilor internaţionale şi al geopoliticii şi am uitat cu desăvârşire de ruşinea mea de terapie.

Vine ziua de luni, trei noiembrie şi apare agentul. Îi ţin un monolog despre tot ce făcusem la terapie. De la bâţâială, la dizertaţie, la casă, la bucuria faţă de propria persoană. Mă ascultă, îmi confirmă că am avut o traiectorie ascendentă, că nu se aştepta să fi avut o evoluţie atât de bună.

Sunt conştientă că e meritul meu, al voinţei mele de control şi al reactivităţii.

Îi spun negru pe alb că bucuria faţă de sine are o legătură directă cu încrederea. Şi că vreau să lucrăm la ea. Nu pricepe. Zice că *„din bucuria faţă de propria persoană apare şi afirmarea propriei persoane, care e calea spre încredere”*. Şi evident că putem lucra la ea.

Îi spun că neîncrederea e copleşitoare şi mă face să mă simt prost. Mi se spune că „sunt capabilă să mă detaşez de gaura neagră a sentimentelor copleşitoare”.

Argumentez că am tot lucrat pe emoţie de la începutul toamnei. Şi că literalmente trebuie să fac ceva cu încrederea, o vreau morţiş. Mi se spune că mi-ar fi de folos să mă detaşez de încrâncenare şi furie.

Îmi oferise o pârtie ca să torn gaz pe foc, să fac o harababură şi mai mare.

Îi zic că încrâncenarea şi furia pe care le-am tot interpretat drept neînţărcare ar putea fi de fapt o dovadă de psihotism.

Face ochii mari şi tresare un pic. Apoi plimbă ochii prelung. După care zice o trăsnaie de mă lasă cu gura căscată.

Cică *„gaura neagră a psihotismului duce la anihilarea propriei persoane, sau recadrată, primenită, alchimizată, duce la antimaterie, energia mea vitală de am merge mai departe, la bucuria faţă de propria persoană, ce mă poate trece cu bine prin nebuloasa nevrotismului”*.

Notez, timp în care mă gândesc ce aş putea scoate din acea afirmaţie. Parcă am capul gol. Tac. Mă întreabă ce se întâmplă cu mine. Îi zic că „am nevoie să dospesc puţin”. După care îmi vine ideea salvatoare. Încep să-i vorbesc de copilărie, de dorinţa mea de a-i controla pe toţi din jurul meu. Argumentez că aceea e energia mea vitală şi pot scoate multe din ea.

Mă ascultă, timp în care îşi plimbă ochii ca titirezul.

Îmi zice că se pregăteşte ceva în interiorul meu şi ar fi indicat să facem o şedinţă maraton, de patru ore.

Accept, subliniindu-i că e o cale să-mi verific şi să îmi cresc atenţia şi rezistenţa.

Îmi propune să prelungim chiar şi acea şedinţă. Nu sunt de acord. Vorbesc despre lumea copilăriei până la sfârşit.

Amân şi şedinţa următoare. Aşa, ca să înţeleagă cine e şeful.

Mă pregătesc pentru şedinţa maraton. Scormonesc după toate pozele mele din copilărie. Fac o selecţie întru a le arăta entităţii. Să aflu dacă vede psihotism în mine şi familia mea.

E o mişcare bună. Aflu o sumedenie de lucruri care îmi cresc încrederea în mine şi o gogomănie care îmi confirmă pentru a nu ştiu câta oară competenţa terapeutică limitată cu care aveam de-a face.

Este vorba de Complexul Electra, ce îmi este indus pe nedrept. Cel puţin după mintea mea.

În capitolul următor povestesc despre cazna şi „plăcerea” mea de a mă juca de-a Electra. A durat până la mijlocul lunii ianuarie 2015.

Capitolul XVIII – Complexul Electra.

Îi făcusem pe plac agentului. Descoperisem o metodă prin care îmi puteam accesa emoţiile şi trăirile. Mai obţinusem nişte confirmări că avea probleme la mansardă şi competenţa terapeutică îi era şubredă, blocată pe neînţărcare, stază, dezamalgamare, primenire şi creştere.

Îmi fâlfâise repetitiv nişte teorii şi concepte fără substanţă şi temei. Mă auto-pedepseam asimilând şi dispreţuind discursul sterp. Aveam o dorinţă de a conferi un sens pârlelii pe care o îndurasem, cu care mă chinuisem ani la rând. Plătisem de bunăvoie nişte rele tratamente. Era ca şi cum avusesem piatră la rinichi şi mă tratam cu lipitori în loc să fac dializă. Uluitor, funcţionase. Îmi depăşisem limitele. Continuam. Bine că am fost rezistentă.

Refuzam să iau taurul de coarne şi să o termin cu bolnava legătură terapeutică bazată pe ataşament parental.

Preferam să plătesc prezenţa luminatei domnii terapeutice ca să-mi fac nebunele jocuri de control. Speram să pot stoarce entitatea până la capăt şi să găsesc un sens măreţ al demersului meu de cinci ani.

Arhetipul copilului erou juca căluşul în sufletul meu.

Poate de aceea şi pregătisem o selecţie de fotografii din copilăria mea. Spre a-i demonstra entităţii că avusesem dintotdeauna un spirit deosebit care voia să controleze şi să fie viteaz. Speram naiv că îmi va fi recunoscut şi mi se va spune că nu mai am nevoie de terapie.

Pe 19.11.2014 am şedinţa maraton de patru ore.

Încep prin a trece iar în revistă tot ce făcusem în ultima vreme. Cer aprobare.

Se poate spune că am făcut paşi semnificativi către maturizare.

Maturizarea presupune dezvoltarea şi integrarea componentelor psihice, acumulări cantitative şi calitative.

— Am tot făcut acumulări, mi se pare că m-am înţelepţit în ultima vreme.

— *Înţelepciunea e un salt calitativ al maturizării, un dar*.

— Sigur că nu pot avea înţelepciunea lui Jung… Totuşi mi-e clar că a mă controla e o necesitate şi o fac.

Vio, *înţelepciunea presupune simţitul, trăitul şi lucratul în logica utilului, a necesarului şi a bunei măsuri. Fără asta nu e înţelepciune*!

Deci tendinţa mea către exces mă face să nu fiu înţeleaptă. Ce să mai fac eu ca să recadrez şi mai bine obişnuinţa asta pe care am deprins-o din copilărie?

Uite, *te poţi repoziţiona în lumea copilăriei. Françoise Doltot a arătat cum copii îţi pot ajuta părinţii să îi crească mai bine*.

Nu zău? Cum?

Copilul se transpune într-o metapoziţie faţă de părinţi, „să-i ajuţi pe mami şi pe tati ca să te poată creşte mai bine”.

Aha. Eu sunt la o vârstă când nu mai este posibil aşa ceva.

Poţi învăţa cum să procedezi în viitoarea ta familie. Te prepari interior să fii un părinte potrivit.

Super, iar ajungem la cuplu.

Construirea cuplului e un pilon important al maturităţii.

Da, da, fără părinţii mei eu nu aş fi fost aici… De la ei am dobândit anumite percepţii despre cum trebuie să fie o pereche…

Ce stereotipii şi aşteptări am asupra relaţiei de cuplu?

Păi să colaborăm, să fim ca fraţii, loialitate, devotament.

— *Nediferenţiere*, *„legat la şold”*, *amalgam*?

Posibil, dar dacă aşa ştiu eu să fac şi mi-e bine? Plus că nu există un om care să corespundă tuturor aşteptărilor mele. Şi ştiţi că nu sunt eu cu empatia şi necondiţionatul.

Cuplul e un schimb necesar şi firesc, o

complementaritate între ce ofer şi ce oferă. Oferind din ce am mai puţin îmi dezvolt.

Aha, să renunţ la identitatea mea de dragul celuilalt. Nu se poate. Ştiu că pot să o fac dar după o vreme sigur revin la ce sunt. Lupul îşi schimbă blana dar năravul ba…

Comuniunea cu altul aduce o nouă stare de spirit.

Normal, suntem fiinţe sociale, dar ideea asta de cuplu tot mi se pare un atentat la independenţa mea.

Din contră.

Dacă îţi găseşti omul potrivit e bine.

Valorizarea celuilalt apare într-o stare de independenţă. E o certitudine existenţială. Valorizez la mine, valorizez la celălalt.

Băgăm noi abstracţiuni aici. Haideţi să mergem niţel în concret. Ia să vedeţi cum am fost eu valorizată în copilărie.

Aduc mormanul de poze pe masă.

Preţ de aproape două ore nu simt cum trece timpul. Chiar se face flow. Comentariile agentului mă fac să cred că am avut o familie relativ normală. Prind încredere că am primit ce trebuie în copilărie. Am beneficiat de atenţie, suport şi înţelegere.

Desigur că agentul insistă şi cu iubirea necondiţionată de care am avut parte şi care mă hrăneşte şi la maturitate. Eu o ţin pe a mea cu devotamentul.

Probabil că domnia terapeutică se agăţa cu disperare de o reprezentare a lipsei de iubire de care avusese parte în copilărie.

Nu era şi cazul meu.

Aşa că trec cu delicateţe peste momentele în care se înflăcărează a iubire.

Mai ales că pusese deoparte câteva poze din morman. Cu faţa în jos, să n-am ce analiza din timp. Terminăm de uitat pe toate.

Văd că aţi oprit acolo cinci poze. Ce-i cu ele?

Sunt câteva pe care poate ar fi bine să zăboveşti mai

mult.

Ia să văd.

O aleg pe prima. Căci mi se pare că exprimă exact ce voiam eu de la mine, copilul hotărât, cu siguranţă de sine

Hai că mi-aţi făcut o bucurie alegând-o pe asta.

Figura 15. Copilul hotărât, cu siguranţă de sine obţin.

Se vede mulţumirea pe faţa ta. Deci poţi fi mulţumită şi acum.

Mai degrabă hotărârea şi siguranţa de sine. Bănuiesc că astea îmi aduc mie mulţumirea de sine şi o să le

Vezi ce faci cu excesul.

O să vedeţi…

Aleg o altă poză, în care mi se părea că eram la polul opus.

Da’ pe asta de ce aţi ales-o? Îmi pare că eram cam nelalocul meu acolo, tristă şi melancolică.

Erai într-un moment de contemplare şi visare. Contemplarea apare încă din copilărie.

Aha. Da uite, acum că mă uit mai bine, parcă aveam şi un zâmbet ştrengar în colţul gurii.

Figura 16. Copilul contemplativ şi visător

Bun, deci eram contemplativă şi ştrengară încă din copilărie. În sfârşit confirmă şi entitatea că nu sunt doar o sumă de patologii şi dezadaptări.

Mă simt bine. Îmi zic că mai am un pic şi dau gata şi treaba cu terapia. Iau a treia poză.

Uite Vio, aici e un moment de expresivitate plenară a bucuriei autentice de copil.

Eram pe balconul de la Hotel Neptun. Acu înţelegeţi de unde fetish-ul meu pentru acel loc?

Erai într-un moment de securizare afectivă.

Poate. Eu zic că eram copilul voios şi jucăuş şi cu asta basta. Ce să despicăm atât firul în patru?

Figura 17. Copilul voios şi jucăuş Tace. Iau următoarea poză. Zic că acolo sunt copilul poznaş şi bucuros. E de acord.

Figura 18. Copilul poznaş şi bucuros

Iau ultima poză.

Figura 19. Viorela Strat şi părinţii

Da’ pe asta de ce aţi ales-o?! Că are patologie în ea?

Uită-te mai bine acolo şi vei vedea că e bine.

Mă cam îndoiesc. Pare că nu mă simt bine în îmbrăţişarea părinţilor. Mă strâmb. Mama e absentă, iar tata încearcă să dea bine la poză. Fiecare cu ale lui. Ca în copilărie. Când mama îmi interzicea să ies în spatele blocului iar tata mă încuraja să o fac.

Ce model de cuplu crezi că au fost părinţii tăi?

Mă tem că nu pot spune decât rele pornind de la poza asta, totuşi erau acolo pentru mine când aveam nevoie de ei. Numai că mă enervau că nu mă lăsau să fac ce voiam.

Nu converg ca şi cuplu? *La mijloc e copilul ca monedă de schimb, „uite ce face fi-ta”*?

Nu. Asta chiar n-am simţit-o vreodată. Doar că nu îmi

dădeau atâta atenţie pe câtă voiam. Poate moaca mea din poză zice şi că eram o răzgâiată.

Nu întâmplător sunt copilul lor? *Nu întâmplător sunt părinţii mei*? *Ce mi-e de folos din experienţa lor*?

— Poate aş putea să văd altfel poza. Că de fapt lucrurile erau ok şi fotograful a surprins un instantaneu nepotrivit, mama închisese ochii iar eu încercam să spun ceva. De acolo ochii semideschişi ai mamei şi strâmbătura de pe faţa mea.

Tu eşti la mijloc între ei, te-au cuprins amândoi. Un moment securizant pentru copil.

Nu securitatea mi-a lipsit mie în copilărie! Ci libertatea. De multe ori simţeam că primeam mai multă protecţie decât aveam nevoie.

Poza asta nu invită în niciun caz la revoltă.

Dar la ce invită?

Uite-te, te şi vei vedea.

Da, recunosc că atunci când părinţii mei mă luau între ei mă simţeam bine.

E aici ceva în poză care îţi va arăta că merită preţuită. Că are dar în ea?

Ce? Că e masa înţesată cu mâncare şi băutură? Poza fusese făcută cu ocazia zilei de naştere a tatălui meu.

E scris aici pe spatele fotografiei „august 94, tata la 50 de ani”.

Nu.

Mama e în dreapta mea, iar tata în stânga. Eram la mare şi eram bronzaţi.

Nu. e acolo ceva arată legătura părinţilor. Mai mult nu îţi spun, te las să vezi tu.

Am mai zis că au amândoi mâinile pe mine. Tata are un ceas şi mama ere perle la gât. Amândoi au verighete.

Asta e!

Îmi întinde palma să batem Cuba. Sunt nedumerită.

Nu înţeleg. Ce are de-a face verigheta?

Ai văzut prezenţa mâinilor lor pe tine şi a faptului că

au verighetă. Lucru ce arată conexiunea lor spirituală şi că tu eşti rodul căsniciei lor.

Asta e o certitudine. Nu mă îndoiam de ea.

Verigheta arată că ei sunt căsătoriţi şi îşi aparţin unul altuia.

Păi, na, aşa se zice şi la biserică când li se pun verighetele mirilor. Pricep că n-am de ce să mă îndoiesc de iubirea părinţilor mei.

Uneori ne este greu să vedem ceea ce este sub nasul nostru.

Am înţeles că n-am de ce să îi mai fac pe ocară pe ai mei căci s-au iubit şi m-au iubit şi pe mine.

Verighetele din poză o confirmă. Ce altceva ar mai fi?

Ar putea fi pe acolo un complex Electra nerezolvat…

Aşa? Păi nu-mi amintesc să fi simţit vreo gelozie pe mamă pentru că mi-l doream pe tată. Plus că am vorbit la un moment dat de Oedip şi Electra. Şi parcă mi-aţi zis cum complexele sunt depăşite natural odată ce copilul se distinge interior că este unic, nu mai vrea să fie un părinte sau altul. Eu voiam unicitate încă de pe la trei ani.

Electra ar putea explica revolta ta pe maturitate şi cuplu.

Nu ştiu ce să zic. Complexul ăsta are legătură cu gelozia pe mama său pe tată.

Şi cu comportamentul seductiv matur, cu tendinţa ta de a-ţi alege parteneri mai slabi, ca să-i poţi controla.

Păi dacă aş avea Electra ar trebui să caut unu ca tata. Care era independent şi în ale lui.

Poate fi o supra-compensare.

Discutăm în contradictoriu până aproape de sfârşitul şedinţei. Nu mă convinge că am Electra, dar reuşeşte să îmi bage un ghimpe de îndoială în suflet.

Îi mulţumesc pentru încrederea pe care mi-a dat-o pornind de la poze. Îmi zice că am putut lucra susţinut, se văd rezultatele lucrului terapeutic.

Vrea şi mai multă laudă. Nu i-o mai dau că nu o mai

merită. Îmi vânduse nenumărate gogoşi cu care mă războisem. Din ciudă mă făcusem atentă şi rezistentă. Ca să îmi duc lucrurile la bun sfârşit.

Şi pentru că mă interesa tăria de caracter, lucru care îi cam lipsea entităţii terapeutice. N-am scăpat de îndoială până la următoarea şedinţă.

Încep cu Electra din proprie iniţiativă. Lucru ce probabil îi confirmă agentului că am complex nerezolvat. Uitasem că avea o cunoaştere limitată a practicii psihanalitice, cum mă războisem de una singură cu al meu complex de perfecţiune, cum fusesem târâtă de agent în holdele dezvoltării emoţionale. Când eu aveam doar o banală voinţă de putere pe care trebuia să o educ să nu mai fie perfecţionistă.

Povestesc cum în copilărie îmi doream să fiu mai mult ca tata, pentru că mi se părea că el se bucură de mai multă libertate, independenţă şi atenţie faţă de cât se bucura mama.

Nici că el nu voiam să fiu în totalitate, voiam să fiu şi ca mama. Tata mi se părea cam zăpăcit şi iresponsabil pe alocuri. Mama era cea cu capul pe umeri, un stâlp al familiei în momentele grele, doar că nu îi era recunoscut acest lucru explicit. Voiam să fiu ca părinţii mei în anumite aspecte, iar în altele nu. Luasem de la fiecare ce mi se păruse bun şi demn.

Nu pricep de ce mi-aţi zis de Electra data trecută. Sunt stăpână pe sexualitatea mea. Şi în copilărie nu fugeam în mod special după atenţia lui tata. Îmi doream atenţia totală şi necondiţionată din partea tuturor.

Cum au fost relaţiile tale?

Bune, cum să fie? Dacă la treizeci de ani nu sunt căsătorită înseamnă că am Electra?

E vorba de ce îţi doreşti tu de la partenerii tăi. Ce s-a întâmplat cu cel mai mic ca tine sau cu nordicul?

Ne-am înţeles o vreme dar s-a terminat. Faptul că i-am altoit are legătură cu Electra?

Mie mi-a părut că i-ai sedus după care i-ai abandonat.

Nu. Au apărut conflicte de interese. Ăla mic se maturiza într-o direcţie care nu îmi plăcea şi nordicul nu avea niciun plan de viitor. Nu mi se pare că al meu comportament agresiv are legătură cu complexul.

Agresivitatea nu aduce nimic bun în nicio relaţie.

De acord. Ce să fac eu dacă am un sânge aşa mai năvalnic? Gândiţi-vă că până la urmă finlandezul a fost singurul cu care am şi locuit. Probabil pentru că avea alte coordonate culturale. Venea din nord, unde femeile beneficiază de un alt tip de valorizare socială. Sunt preţuite pentru componenta lor activă, pentru implicare şi curaj. În România sunt valorizate pentru ceva mai degrabă pasiv, pentru căldura şi blândeţea pe care o oferă.

Crezi că ai suficiente argumente particulare, nu generale ca să poţi lansa o ipoteză?

Păi mă uit la mama mea şi la alte mame. Majoritatea oferă copiilor lor o protecţie nedorită, îi cocoloşesc şi cocolesc pe degeaba.

E o diferenţă între ocrotire şi protecţie. Ocrotirea e personală şi empatică, iar protecţia e impersonală.

Şi demnitatea femeii înseamnă ocrotirea?

fentez.

E un comportament asumat şi responsabilizant de ocrotire.

— Dar eu vreau încredere, cutezanţă şi avânt!

„Dar” este o condiţionare, poate fi înlocuit de „şi”.

Şi ocrotirea asta patriarhală nu e demnă de revoltă? Dar ăsta e sistemul în care trăiesc. Fac eu cumva şi îl

E un conflict, vreau să fiu parte a unui sistem, dar mă revolt împotriva lui. Mă revolt împotriva a ceva impersonal, nu îmi acord şansa de a lucra cu mine. Rămân în blam şi furie.

Nu aş avea nimic împotriva sistemului dacă acesta nu ar asocia demnitatea femeii cu ocrotirea şi protecţia. O femeie e demnă atunci când e soţie, deci e ocrotită şi atunci când este o mamă bună şi îşi ocroteşte copii. Eu vreau să fiu un om demn! Dincolo de ocrotire şi feminitate.

Să fiu integră, hotărâtă, vitală şi cu tărie de caracter. Înţelegeţi?

Conflictul nu aduce echilibru.

Haideţi, lăsaţi-o pe asta cu conflictul. Stau de analize interminabile în loc să fac. Cum se ajunge la tăria de caracter?

A mă respecta pe mine însumi în sensul asumării şi demnităţii.

— Ce asumare?!

— *Vârstă*, *limite*, *potenţial*.

Demnitatea cum o vedeţi?

Demnitatea e o coerenţă atitudinală şi acţională, *consistentă şi constantă*, *trăsătură caracterială*.

Orgoliul nu se poate adăuga demnităţii.

Şi caracterul?

Caracterul e un construct psihic, *realizat pe parcursul întregii vieţi*. *Cu temperamentul ne naştem*.

Şi de temperamentul meu dinamic ce părere aveţi?

Trebuie avut în vedere unde cum şi în ce condiţii disponibilizez dinamica. *Componenta caracterială e alegerea modului potrivit de exprimare a dinamicii*.

Hotărât, ferm şi înţelept. Aşa vreau.

Înţelept înseamnă matur, *responsabil*, *afirmativ*, *valorizator*, *auto-valorizator*.

Bun.

Poţi oferi demnitate în cuplu.

Cum?

— *A face negocierea potrivită între aptitudinile şi competenţele personale şi cerinţele şi aşteptările sociale*.

Am senzaţia că îmi transmite informaţii din manuale prăfuite. Vorbesc banalităţi până la sfârşitul şedinţei. Mă simt cam în derivă.

Din cursurile, interacţiunile şi observaţiile de la IDR îmi dau seama că aş avea nevoie de multă muncă şi renunţări pentru a mă face diplomat. E o vocaţie ce necesită o personalitate ce e în relaţii bune cu autoritatea.

Îşi doreşte să o onoreze şi să o respecte.

Trebuie să-ţi pui toată fiinţa în slujba ţării tale. E nevoie să te conformezi regulilor şi să respecţi autoritatea statală.

E o perspectivă ce îmi pare sumbră, e nevoie să fac dovada celui mai fin conformism. Şi să îmi pun spiritul speculativ şi stăpânirea de sine în folosul ţării şi nu al meu.

Nu mai cred că e o carieră care mi s-ar potrivi. Nu simt împlinire atunci când respect o autoritate şi nişte reguli. O fac pentru că trebuie, din dorinţa de a-mi atinge scopurile şi a nu suferi oprobriul cel mai de jos.

Mi se dezumflă entuziasmul. Continui să mă duc la cursuri şi să citesc despre dinamica internaţională. Cine ştie, poate până în primăvară, când se termină cursul îmi mai schimb perspectiva. Dacă nu, oricum rămân cu o cultură generală îmbogăţită.

Încep să mă gândesc iar la cărţile pe care începusem să le scriu. În căutare de inspiraţie şi motivaţie mă apuc să citesc Mircea Eliade cu Meşterul Manole.

Oare trebuie să fac şi eu ca meşterul, să sacrific ceva din mine, ca să ajung un om demn şi respectat? Să las ceva în urma mea?

Citesc biografia lui Eliade. Aflu că avusese un program de lucru dus la îndeplinire sistematic. Îmi propun să fac şi eu la fel. Visez un pic despre cum o să reuşesc să fac din Tabloul un simbol. La care ajung prin ritualul de individuaţie pe care îl voi face terminând cartea despre terapie. Pentru ca apoi să termin şi naraţiunea mitică a lui Vurli, impul excentric.

Vreau să fac la fel, dar să fac mai bine. Să am şi eu parte de revendicare identitară şi perfecţionare. Vine terapia şi îmi expun dubiile şi dorinţele.

Mi se spune că *„e nevoie să poţi pierzi ca să poţi merge mai departe”*. Cică pierd *„agresivitatea şi obţin empatia, pierd bâţâiala şi am starea de prezenţă”*.

— Dar de ce vorbim la prezent de bâţâială? Am renunţat la ea acum patru ani şi ceva. Şi cu starea de

prezenţă bag seama că mai am de lucrat din ce înţeleg de la dumneavoastră. Şi o fac, reflectez, dubitez, citesc, mă duc la cursuri.

— *Te afli într-o schimbare de regim ontologic*.

Probabil citise şi agentul pe Eliade şi voia să-mi arate că nu e novice.

Putea să-mi zică că sunt pe cale să îmi schimb valorile. Ca să fie în consistenţă şi coerenţă cu ce îmi spusese de nenumărate ori. Şi anume că lucrurile trebuie să fie exprimate simplu. Îi joc hora, zic că resimt bucurie şi tristeţe din cauza schimbării. Doar – doar să zică ceva de auto-actualizarea lui Maslow.

Nu o face. Aşa că mă rezum la a-l ridica în slăvi pe Eliade. Şi să zic că vreau să ajung şi eu la nivelul lui de înţelegere.

Aflu că individul a avut „*starea de trezie*”, *conştiinţa ordonării faptelor în trecut, prezent şi le poate proiecta în viitor*.

Cum?

Prin a-ţi pune întrebarea justă în direcţionarea şi determinarea sensului. În aşteptare răspunsul se lasă ghicit.

Fantastic, entitatea terapeutică era mai mistică decât Eliade.

Tre’ să scot şi ceva bun, aşa că încep să mă plâng de incapacitatea mea de a fi în relaţii bune cu autoritatea.

Mă încurajează că pot. Ba, mai mult, zice cum am dovedit respectarea autorităţii domniei sale.

Deci din poftă de a fi o autoritate încuraja ipostaza-i de părinte în relaţia cu mine.

Urâtă treabă. Trebuia să fac cumva să mă detaşez de bolnăviciune, să mă eliberez de iluzia că terapia mea are un sens măreţ şi de ispita permanentă de a mă juca de-a controlul cu entitatea terapeutică.

Nu reuşesc.

Termin cartea cu meşterul şi iar fac vălmăşag la

terapie. Îmi expun dispreţul faţă de noţiunile de dăruire şi sacrificiu.

Meşterul Manole îşi sacrificase soţia, pe Ana, zidind-o între pereţii mănăstirii pentru a dărui umanităţii un aşezământ de cult cum nu se mai văzuse. Gestul său mi se părea problematic, cum mi se păreau toate gesturile de sacrificiu întru dăruire.

De ce era nevoie ca să sacrifici întru a dărui? Era o perspectivă îngrozitoare, mai ales că în legenda Meşterului Manole fusese sacrificată o femeie.

Agentul încearcă să îmi explice că în mai toate culturile lumii sunt legende ce atestă sacrificiul uman.

Asta cu Ana între ziduri îmi pare un arhetip al spaţiului românesc. Se încurajează sacrificiul femeii întru reuşita bărbatului. Nu e sacrificiul Anei dovada ultimă de dăruire a unei femei într-o relaţie de cuplu? Asta trebuie să fac eu pentru a avea o relaţie de cuplu normală din perspectiva societăţii româneşti? Să-mi sacrific dinamismul şi avântul de dragul bărbatului, pentru obţine o relaţie de cuplu normală? Nu, mulţumesc, mai bine rămân eu aşa cum sunt.

Ai un discurs cam agresiv.

Păi la aşa o oroare nici că merită altceva. Nu e doar asta. Mi-am găsit eu acu motiv de scos războinicul din mine. Spiritul meu agresiv e mereu acolo. Trebuie să-l stăpânesc mai bine, să nu-l mai scot la înaintare când nu e cazul.

Agresivitatea e o dinamică prost pusă în context. Soluţia e să investesc dinamica în lucruri potrivite care să prilejuiască o finalitate potrivită. Netezirea modului de exprimare a dinamismului duce la armonie cu mine, armonie cu celălalt. Ţine de mine, de cum aleg să exprim această energie pe care o am.

Sănătos pentru mine ar fi să mă apuc de ceva arte marţiale, sporturi extreme sau vânătoare. Ca să îmi consum pornirile năvalnice acolo.

Echilibrul este disonant cu orice exagerare, inclusiv

cu cea a punerii agresivităţii în act acolo unde nu este cazul.

Păi aşa e pusă fix unde trebuie.

Nu ştiu dacă e necesar să ai activităţi care să îţi favorizeze agresivitatea.

O consumă! În fine, m-am obişnuit să îmi fie respinsă dorinţa de a face chestiuni extreme.

Nu poţi cere celuilalt dacă tu însuţi nu oferi…

Eu respect voinţele oamenilor, nu încerc să le induc chestii care să fie împotriva firii lor. Şi aş vrea ca ceilalţi să facă la fel cu mine.

Componenta de dăruire reciprocă e importantă în orice relaţie.

— Nu chiar. Eu aş zice că mai mult respectul reciproc. Şi libertatea.

— *În procesualitatea devenirii e important a vedea tiparele la care am fost expuşi şi pe care încercăm inconştient să le imităm*.

E incorigibil agentul. Nu o dată îi vorbisem de modelele la care fusesem expusă. Că mă revoltam, că le imitam, că voiam să mă duc dincolo de ele.

Percep că îmi induce parşiv că dăruirea reciprocă în cuplu e darul cel mai de preţ.

Mă dezgustă a sa incapacitate de a-mi înţelege dorinţele. Pot să îi arăt mai bine de ce sunt ceea ce sunt.

Poate pricepe.

Ziceţi de tipare. Ia staţi că vă fac eu acu un desen cu ce am văzut eu la mama şi tata.

Sunt furioasă. Fac punctele, le unesc. Ies 17 triunghiuri. Întorc foaia şi încep să scriu. În acelaşi timp şi explic.

Amândoi făceau ce le plăcea. Nu îi scoteai din ale lor nici în ruptul capului. Aşa că pun aici mare şi primul principiul plăcerii (1). De la ei oi fi luat încăpăţânarea de a fi numai pe plăcere. Dar şi percepeam că au un simţ al datoriei ridicat. Nu se lăsau niciodată la greu. De aia am

eu voinţa asta de a mă face bună, din respect şi datorie faţă de ei. Mai aveau şi reactivitate…

E o proiecţie a ta?

Poate. Mai bine tac şi îl termin. Cred că mă distrage să vorbesc în timp ce fac asta. Continui în linişte. Trec cuvintele şi în figură.

Figura 20. Joc proiectiv cu relaţia părinţilor

Termin. Citesc.

Mi se spune că am interpretat şi interiorizat hotărârea drept încăpăţânare şi persistenţă. Notez şi nu comentez.

Ajung la iubire. Ia iubirea de unde nu-i. Scrisesem de două ori „neieşire din zona de confort”. Şi la 12, care ar fi fost triunghiul corespunzător iubirii, şi la 13 unde chiar era triunghiul corespunzător cu „neieşire din zona de confort”.

— Ia uitaţi ce am făcut. Un act ratat! Drept e că nu am crescut într-un mediu în care să se vorbească despre iubire!

Poate încă nu ai acceptat iubirea părinţilor.

Eee. Păi dacă nu o acceptam mai vedeam eu că au verighete în poza aia?

Iau un marker şi trec acolo „IUBIRE”. Mă las purtată într-o discuţie pornind de la actul meu ratat. Uit să mai analizez orice alt punct al desenului. Agentul îşi dă silinţa să îmi arate că am Electra.

A nu accepta iubirea părinţilor demonstrează o neacceptare a propriei mele persoane.

Şi mai ce?

Electra…

Nu am avut fantezii în a face un copil cu tatăl meu. Nu am avut gelozie pe mamă, că primeşte mai multă atenţie din partea tatălui. Sau că doream atenţia totală a tatălui. Eu voiam atenţia totală de la toţi! Nediscriminatoriu!

Electra are modalităţi insidioase de manifestare.

Drept e că uneori eram geloasă pe tată. Că avea parte de mai multă libertate faţă de cât am eu sau alţi oameni din jur. Dar repet. Nu-mi doream atenţia totală doar a unuia sau a altuia. Ci voiam atenţia totală în general, de la toată lumea.

Şi făceai jocuri de control pentru a o obţine…

Tendinţa mea de a controla e un lucru cu care cred că m-am născut. Merge mână în mână cu voinţa de putere.

Controlul arată că nu te deschizi suficient astfel încât să formezi o unitate cu celălalt, blocaj emoţional…

Tendinţa mea de a controla şi domina nu se adresează cu precădere bărbaţilor. Practica psihanalitică descrie seducţia pe care o exercită o femeie cu complex Electra şi stimă de sine crescută drept dominare. Tendinţa mea de a controla şi domina e generală şi difuză. Poate compensează o stimă de sine scăzută.

Şi de aceea îţi alegi parteneri pe care îi consideri inferiori.

Aşa ziceţi? Eu nu văd lucrurile aşa. Nu relaţiile de cuplu sunt o problemă pentru mine. Nu de acolo îmi scot eu gratificarea şi confirmarea identităţii. M-am apucat de terapie pentru o problemă pe care o aveam cu mine. Mă bâţâiam. Voiam să scap, să mă gestionez cum trebuie şi să am stimă de sine crescută.

Relaţia de cuplu contribuie la stima de sine.

Orice conexiune umană contribuie la stima de sine. Suntem fiinţe sociale. Bănuiesc că dacă ar fi să am Electra ar trebui să resimt o nemulţumire faţă de relaţiile mele de cuplu. Dacă ar fi să reiau toate relaţiile pe care l-am avut… Mă simt împăcată şi mulţumită, am rămas cu câte ceva bun de pe urma fiecăreia dintre ele.

Poate fi un complex Electra tip Văduva Neagră. Consumi până la epuizare.

Am rămas în relaţii bune şi cu foştii mei parteneri. Zero nedreptate sau amărăciune.

Poate nu o vezi de bolovanul consumului serial.

Ee, na! Acu-s şi consumatoare de bărbaţi. Nu cred.

Fiecare om a fost diferit, am avut un tip sau altul de comunicare. Pulsiunea mea de a controla nu se adresează în mod special bărbaţilor.

Din orice parte ai lua-o… Tot nu e un lucru potrivit.

Da şi din orice parte aş lua-o nu sfera relaţiilor e aia care mă preocupă. Amărăciunea mea e că nu sunt suficient de sigură pe mine, de viguroasă, de hotărâtă şi forţoasă încât să pot fi considerată un om demn şi respectabil. Înţelegeţi?

Cum am spus şi mai devreme, o relaţie de cuplu sănătoasă contribuie la stima de sine. Discutăm în contradictoriu până la sfârşitul şedinţei.

Nici nu ştiam ce să mai cred. Conform teoriei psihanalitice nu aş fi avut niciun Electra. Agentul se îndârjea că am.

Sărăcia de joc proiectiv nici măcar nu prea era o reprezentare a relaţiei părinţilor. Era mai mult o radiografiere a situaţiei mele cu terapia.

Cel mai mult se insistase pe principiului plăcerii (1). O înghiţisem, citisem şi Freud. Găseam că era de datoria (2) mea să fac ce trebuie, să mă pot controla şi gestiona. Să am stăpânire de sine şi tărie de caracter. Mi se spusese de nenumărate ori că am reactivitate (3), făceam joc de putere (4), care pe care (5). Se insistase pe agresivitate (6). Eram un om hotărât (7). Mă dădeam de ceasul morţii că nu eram, chiar dacă experienţa mea de viaţă spunea altceva. De fiecare dată când luasem o hotărâre o dusesem la bun sfârşit, de la intrarea la facultate la dobândirea casei, la înlăturarea bâţâielii.

Entitatea mă hrănise cu sute de prelegeri despre orgoliu (8) şi infantilism (9). Îmi recomanda obsesiv să cresc. Acceptam şi de aceea mă simţeam în delăsare (10), că am parte de o terapie îndoielnică şi nu fac nimic să o schimb.

Entitatea bătuse cu foc toba pe reproşuri (11).

Mă freca obsesiv la cap cu iubirea (12). Percepeam că îndârjirea mea de a continua terapia era o neieşire din

zona de confort (13). Poate de aceea o şi trecusem de două ori. Îmi era confortabil să am entitatea drept obiect al jocurilor mele de control. Prin ele voiam să ajung la colaborare (14), adică să închei demersul prin scrierea unei cărţi.

Terapia mea era o lipsă de comunicare (15), o nebună căutare a perfecţiunii (16) şi avea rutine dezadaptative (17) – se desfăşura la mine acasă, eu clientul notam obsesiv ce se discuta la şedinţe.

Totuşi, agentul reuşise să în bage în suflet premisa că am Electra. Aşa se născuse pulsiunea de a-i verifica şi controla ipoteza.

N-am avut însă vreme să mai fac terapie şi să mă mai gândesc la joaca cu Electra. Începea evaluarea pentru primul modul de la IDR. Era mai interesant şi mai important să dovedesc că mi-am însuşit cât de cât o cunoaştere a domeniului.

Rămăsese că poate fac o şedinţă de 23 decembrie. Era fix înainte de Crăciun, eram cu împodobirea bradului şi coacerea cozonacilor. Evident că am sunat să amân. Agentul era „gând la gând cu bucurie”. Avea şi luminăţia sa treabă de sărbători.

Are loc şi revelionul şi vine sesiunea de terapie de 5 ianuarie 2015. Fac tărăboi cu Electra. Agentul nu se lasă mai prejos. Dă-i nas lui Ivan că se suie pe divan…

Ştiţi m-am tot gândit la complexul ăsta. Tot mă îndoiesc că mi se aplică. Cum se pupă el cu tendinţele schizoide manifestate prin bâţâială şi visat cu ochii deschişi?

Te blocau în a comunica cum se cuvine cu lumea şi a trăi firesc conexiunea emoţională.

Da, însă nu mă izolam de spectrul social aşa cum ar fi făcut un tip de personalitate schizoid sadea. Eram doar mai reţinută la intimităţi. În copilărie nu-mi plăcea să fiu pupată şi luată în braţe aşa din senin. Ci doar când voiam, adică rar.

Te închideai de una singură. Abandonarea în bonding

afectiv contribuie la construirea ataşamentului sănătos.

Mă abandonez şi în ăla. Mai ales atunci când simt că şi ălălalt face la fel şi nu vrea să mă controleze. Ba chiar îi place când e controlat. Uitaţi cum s-a întâmplat cu finlandezul de multe ori. Stăteam îmbrăţişaţi ore bune. Era bine. Îl mai şi smotoceam din când în când.

Zâmbesc ştrengăreşte la entitate. Ara faţă de poker. E de nemişcat. Îmi zice una să mă doară.

Închiderea ţi-o compensezi prin nevoie de control. Nevoia de control trage în jos.

— Eee! Merită controlul judecăţi de valoare? Poate. Dar trebuie să recunoaşteţi că sunt mult mai deschisă ca la început.

Plecam cu puterile stoarse de la tine. Se vorbea cu tine şi te uitai la perete, nu comunicai.

Sau mă uitam cu privirea fixă când încercam să vă conving de câte ceva. Cu o logică proastă.

Argumentări schiloade izvorâte doar din nevoia de a controla.

— Dacă nu citisem ce trebuie… Mai era şi bâţâiala.

Aceea era apogeul tendinţei schizoide.

Sau ascundea o psihopatie. Izolare socială nu am avut. Spontaneitate şi adaptabilitate am din plin. Reciprocitatea afectivă şi rezonanţa emoţională le-am înţeles dintotdeauna. Mă mai băgam în ele când era nevoie…

Agentul ia o pauză. Probabil îi băgasem prea mulţi termeni din propriu-i jargon şi îi năucisem neuronii. Sau poate îşi căuta cuvintele ca să îmi ofere cel mai bun punct de sprijin în a-mi gestiona schizoidia.

Focusul, adaptabilitatea, alegerea conştientă sunt diametral opuse patologiei schizoidului psihopat.

Există şi psihopatul adaptat.

Ştie să comunice, face alegeri conştiente, are valori asumate conştient. Discernământul său este asociat cu un set de valori.

Aţi zis ceva foarte frumos.

Sunt lucruri la care am tot lucrat.

Da, da nu le-am asociat niciodată cu psihopatul adaptat. Îmi place noţiunea. Mă regăsesc în ea.

Nu e cea mai bună variantă, dar poate fi o etapă în creştere. Zisese una strălucită, după care dăduse cu mucii în fasole.

Creşterea asta mă omoară! Simt că n-o mai suport!

Cu răbdare şi stare de prezenţă vei ajunge şi acolo. Din când în când mai apar rezistenţe şi reziduuri.

Trec de ele şi pac fac nuntă mare, doi plozi şi trăim cu toţii până la adânci bătrâneţi. Nu? Păcat că sunt la cuţite cu reciprocitatea afectivă…

Nu se prinde că sunt sarcastică. Şi scoate pe guriţă un mărgăritar de mă înţeapă la sinapse.

Tipul de personalitate schizoid poate dezvolta un Complex Electra tip Văduva Neagră.

Aţi mai zis de ăsta. Nu am înţeles.

— *Seducerea tatălui întru omorârea şi încorporarea lui*.

— Poate omorâre şi încorporare, fără seducere. Deci nu mai e Electra…

Negarea e unul dintre cele mai uzitate mecanisme de apărare.

Aha. Deci am Electra. Ce-i de făcut?

Se găseşte cuvântul potrivit care să definească şi să delimiteze ce e de făcut pentru rezolvarea complexului Electra.

Deci noul meu ţel în lucru e complexul ăsta?

— *E o diferenţă între aşteptare şi ţel*.

— Care?

Aşteptarea e relaxată. *Implică ideea de dar şi iubire*. *Iar ţelul este perseverent, uşor psihopatic*.

Entitatea refuza cu obstinaţie să se adapteze valorilor mele. Taman ce îi spusesem că mă regăsesc în psihopatul adaptat şi îmi terfelea ţelul perseverent, care

mă ungea pe suflet?! Lemnul strâmb te necăjeşte, omul prost te îmbătrâneşte.

Am un moment de tăcere. Mă gândesc serios să-i zic că bate câmpii şi ar fi nevoie să-şi mai dezvolte competenţa terapeutică. Dar sigur mi-ar interpreta gestul ca rezistenţă în a lucra presupusul complex. Mai e şi aşteptarea mea idealizată de a încheia terapia în condiţii bune. Aşa că mă rezum la afişa un sarcasm subtil şi politicos.

Interesant. Şi ce aşteptare ar trebui să am eu de la lucrul cu complexul?

Să existe o altă dinamică, înţelegere, altă capacitate de a vedea masculinul şi femininul.

Îmi venea să-i zic să deschidă o carte de anatomie şi să contemple organele de reproducere masculine şi feminine. Acolo se pot vedea cel mai bine diferenţele dintre sexe. Sau să se uite la nişte firme porno. Sau să facă sex cu lumina aprinsă în timp ce cască bine ochii la ce se întâmplă. Evident că mă abţin. Notez în agendă şi îmi văd de politeţea mea răstălmăcitoare.

Bun, să zicem că voi întruni treptat acea aşteptare. Unde se ajunge?

Că răbdare şi aşteptare voi primi darul iubirii. Printr-o aşteptare activă.

Parcă eram într-o piesă de teatru a unui basm psihologico-religios. Mă stăpânesc să nu râd şi să nu-i recomand să citească nişte romane siropoase. Sau poate să vizioneze nişte drame romantice. Ca să-şi facă catharsisul acolo. Să-şi consume idealismul în privat şi să nu-l mai pună în cârca clienţilor.

— Şi unde ar fi potrivit să-mi direcţionez eu aşteptarea asta activă?

— A-mi întemeia un cuplu, o familie, cum e potrivit şi firesc. A le oferi viitorilor mei copii un bagaj potrivit.

Nu amalgamat şi dihotomizant.

— Dacă mi-e scris vor veni ele de la sine. Sau pot să-mi negociez soarta. Ca acel cavaler din A şaptea pecete, un film de Bergman. E pelicula mea preferată să ştiţi…

Se face că nu aude.

— *Soluţia este ajustarea continuă la mediu. Nu e nimic static.*

— Aha şi cum mă ajustez eu la Electra ăsta?

Poţi dubita supra valorilor. Care sunt valorile conform cărora îmi aleg partenerul? Are loc un travaliu pe sistemul valoric. Valorile vin pe fondul, ca esenţă a experimentării existenţiale.

Se şi încurcase în exprimarea umflăciunii pe care o grăise. Iar eu notez întocmai în agendă. Nu-i mai pot răbda neghiobiile. Încerc să-i argumentez finuţ ce vreau de la terapie.

Aşteptarea principală a unor oameni e întemeierea unei familii. Pentru mine acesta este un un lucru care va veni de la sine la un moment dat. Dacă va veni. Am crescut într-o familie normală, i-am simţit forţa şi e posibil să îmi fac şi eu una. Nu nu mă preocupă o posibilă incapacitate a mea de a-mi întemeia o familie. Ci încrederea insuficientă pe care o am în mine în a realiza ceva demn şi respectabil prin forţe proprii. Nu ideea de cuplu e o încercare pentru mine, ci stăpânirea de sine şi tăria de caracter.

Partenerul de viaţă şi familia sunt piloni ai echilibrului psiho-afectiv.

Bine. Mă învoiesc s-o fac şi pe asta. Fac acu un joc din ăla.

Mă screm un pic. Dat fiind că nu îmi propusesem să am vreuna din relaţiile pe care le avusesem. Se întâmplase să mă conectez cu nişte oameni, să facem fuziune, să ne apropiem şi apreciem. Parcurg cu ochii minţii mai tot ce am preţuit în partenerii mei. Erau în mare parte lucruri pe care căutam intuitiv să mi le favorizeze.

Evident că prima chestie, şi cea mai mare e dinamismul (1). Toţi cu care avusesem relaţii de lungă durată contribuiseră la senzaţia mea că am mai multă vână, mai mult zvâc într-un aspect sau altul – acţional, sexual, cognitiv, emoţional. Al doilea triunghi, similar ca mărime, era dedicaţia (11). Dacă nu percepeam că omul

are potenţialul de a-mi fi de dedicat, nu mă băgam din start în relaţie.

Iată figura:

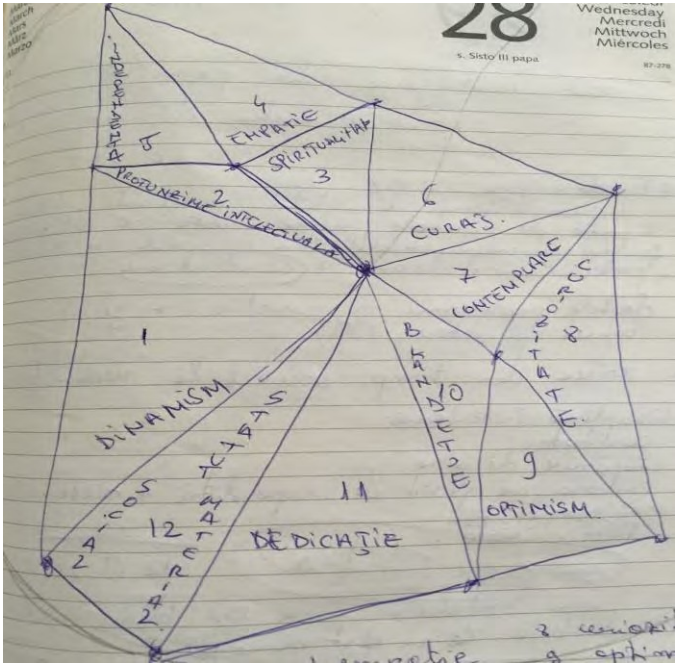


Figura 21. Joc proiectiv cu aşteptările mele de la un partener

Nu întind desenul către persoana de la terapie. Mai întâi îi fac o introducere. Doar – doar să priceapă că aveam niscaiva reprezentări sănătoase în privinţa a ceea ce era de făcut şi de avut pe plan de cuplu. Şi că nu necesit luminata-i asistenţă în acest domeniu.

După sufletul meu am stat bine la capitolul relaţii. Chiar dacă lumea ar spune că nu, că sunt dominatoare. De fapt sunt un om energic care caută instinctiv un partener care să contribuie la o mai bună exprimare a dinamismului. Să îmi fie alături şi să nu-mi umbrească forţa, vitalitatea şi libertatea din dorinţa de a mă ocroti şi proteja.

Eşti tu într-o răfuială cu exprimarea naturală a feminităţii.

Mă îndoiesc. Am fost în stare să am relaţii satisfăcătoare pentru mine. Am propriile mele feluri de a fi şi a face într-un cuplu. Şi nu m-au incomodat.

Dar accesele tale de violenţă?

Violenţa domestică e veche de când lumea. Ăia doi m-au provocat de i-am altoit. Cu omul de am stat cinci ani nu am avut vreo altercaţie. Aaa, mai era şi fericitul ăla de am stat doi ani şi ceva cu el. A încasat-o şi el. Era posesiv, mă gelozea.

Nu denotă asta un tipar?

Poate… Dacă eram bărbat fac pariu că nu îmi mai făceaţi capul baniţă că am accese minore de violenţă… Mă rog, violenţa nu e bună.

Când există reciprocitate nu mai apare violenţa.

Sau când oamenii îmi respectă dinamismul. Ia uitaţi. E cel mai mare din figură. Mereu am căutat oameni care să îl apreciez şi nu să mă pună la zid că sunt prea energică şi agresivă pentru o femeie.

Şi partenerii tăi au fost nişte papleacă.

Nu neapărat. Dacă erau aşa nu mai simţeam dinamism din relaţie. De exemplu, cel cu care am stat cinci ani, era şi el ca argintul viu, dar era mai blând ca mine. De aia blândeţea era acolo mare la 10, blânzi au fost toţi.

Nu cumva confunzi blândeţea cu supuşenia?

Deloc. Ia staţi să vă fac un rezumat al relaţiilor mele. Adică experienţa mea subiectivă cu ele.

Te ascult.

Mă apuc să-i povestesc în ordine cronologică

La nouăsprezece ani m-am combinat cu un băiat care era născut în aceeaşi zi, lună şi an ca mine.

Împărtăşeam un dinamism şi feluri similare de a percepe şi interpreta lumea.

Eraţi legaţi la şold ca siamezii.

Drept e că ne aveam ca fraţii. Ce, ăsta-i un lucru rău? Mă completa, puteam să fac cu el tot ce îmi trecea prin minte. Şi mă mai şi încuraja să-mi depăşesc fricile şi

limitele. Şi eu îl susţineam pe cât puteam în ce făcea. Îi apreciam avântul şi energia de a lăsa ceva în urma lui. Rezonam cu felul lui de a gândi. A fost primul cu care am simţit că am o profunzime intelectuală. Vedeţi e şi aia acolo în figură la 2. Iar la 3 e spiritualitatea, că tot mi-a fost alături când au murit tata şi bunica. Cu el am îngropat şi pisica. Aa, ca să nu mai vorbesc de accidentul de maşină, că m-au susţinut şi el şi familia lui.

Aţi avut o prietenie trainică. A nu se confunda prietenia cu relaţia de cuplu.

Cinci ani a fost relaţie de cuplu. Asta o ştiu.

Păi şi de ce nu a mai mers?

S-a dizolvat treptat legătura romanţioasă. Pentru că într-o zi m-a încurajat să fac ce vreau când ne aia…

Înţelegeţi ce vreau să zic?

Sexualitatea poate influenţa nefast o relaţie. Sau din contră.

A fost ceva incredibil, o revelaţie. Să impun ritmul m-a făcut să mă simt cum nu mă mai simţisem vreodată. Şi aia a fost. Numai aşa am vrut să fac. Lui nu-i prea plăcea, o accepta de dragul meu. Mai acceptam şi eu controlul lui de dragul lui.

Compromisul nu e sănătos.

Poate, dar ne-am respectat până la sfârşit. Pentru că fiecare înţelegea şi valoriza independenţa. Vedeţi, e şi aia acolo la 5. Poate de aia am rămas şi prieteni până în ziua de azi.

Din fiecare relaţie rămânem cu câte ceva.

Asta e o certitudine, dar staţi că nu am terminat. După ăsta născut în aceeaşi zi cu mine m-am combinat cu un băiat cu patru ani mai mic ca mine. L-am simţit din prima că era cu ce voiam eu de la sex. Am stat cu el doi ani şi ceva. Am făcut cu el toate trăsnăile sexuale care îmi treceau prin cap.

Şi aşa ai mai subsumat ceva principiului plăcerii, sexul.

Nu e doar asta. Omul se conecta instinctiv la ceilalţi.

Poate pentru că avea o empatie aparte. Înţelegea comportamentul non-verbal al oamenilor. Şi îmi şi explica. Avea o atenţie la detaliile exprimărilor emoţionale care de câteva ori m-a lăsat cu gura căscată. Nu avea ascuţimea minţii celui de dinainte dar mă învăluia cu o căldură afectivă care-mi dădea zvâc să-mi rezolv şi finalizez ceea ce aveam de făcut. Nu o dată a stat lângă mine să mă păzească şi încurajeze când eram în mare frică cu proiectele de la master.

Stătea şi îţi sufla în nu spun ce…

Îmi era dedicat, dar şi cel de dinaintea lui îmi fusese. Şi el mă ajutase la nişte proiecte de prin facultate. Aaa şi amândoi erau optimişti. Numai că ăsta micu' era posesiv şi gelos. Ceea ce m-a făcut să renunţ la el. Asta ştiţi pentru că deja făceam terapie când m-am despărţit de el. Şi am apreciat că omul m-a susţinut inclusiv în a mă despărţi de el. Că n-am putut aşa dintr-odată.

Îţi licita latura compulsivă, de a fi legată la şold cu cineva.

Văd că mi-i faceţi harcea parcea constant. Nu-i problemă. Duc multe. Şi nu renunţ eu la ce mă împlineşte. Ca dovadă că la doi ani după despărţirea de cel mic, m-am combinat cu unul şi mai mic. Cu tinerelul căruia i-am fost 100% fidelă din punct de vedere sexual.

Şi n-a fost o decizie bună? Mă refer la fidelitate. Diferenţele mari de vârstă invită mereu la jocuri de putere.

A fost o experienţă. Am corelat fidelitatea faţă de partener cu fidelitatea faţă de propria mea persoană. De aia am reuşit. Poate că lucrul ăsta a contribuit la decizia mea de a-mi finaliza dizertaţia. Omul îmi era dedicat, m-a susţinut şi sprijinit. Cu renovarea casei, cu dizertaţia. Aveam o conexiune bună cu el. Numai că deşi îi eram fidelă el era posesiv. Aşa că la un moment dat nu am mai răbdat.

L-ai epuizat. Ţi-ai scris lucrarea şi l-ai trimis la plimbare.

Eu nu văd lucrurile aşa. Cred că ne-am luat fiecare

doza de curaj ca să ne ducem fiecare în drumul lui. Şi am dat de finlandez care mi-a favorizat maxim independenţa (5), curajul (6) şi contemplarea (7). Aaa şi am uitat să spun că toţi erau aşa mai curioşi din fire, voiau să ştie mai multe despre tot ce era în jurul lor. Curiozitatea (8) e una din valorile mele de căpătâi. Şi toţi au contribuit în drumul meu către a-mi face un statut social şi material. Ăla, care vedeţi ce mare e, la 12. E important ca partenerul să mă susţină în drumul meu.

Din câte am auzit până acum, tu nu faci diferenţa între ce vrei de la partenerii tăi şi ce vrei de la tine.

Complementaritate, reciprocitate, dar astea sunt nişte cuvinte complicate. Relaţiile le trăieşti, pentru că sunt intense şi îţi dau zvâc. Aşa a fost cel puţin în cazul meu. Poate că ar trebui să-mi schimb optica. Să am o abordare mai puţin pasională. Să îmi iau obiectiv căsătoria.

Căsătoria e un lucru firesc, te poţi pregăti pentru ea.

E o instituţie socială! Încă nu simt că mă preocupă. Oricum nu e obligatoriu ca toată lumea să se căsătorească.

Dar aşa e lăsat pe lumea asta de la doamne-doamne.

Îmi vine să urlu ca lupul. Mă abţin şi încerc, cum ar fi spus chiar domnia sa, să-i ofer şi un alt punct de vedere.

Păi şi de la mama mea era lăsat în tinereţile mele că „o femeie frumoasă şi deşteaptă ca mine nu are lângă ea un partener puternic şi respectat”. Adică era dezamăgită că nu am unul mai mare lângă mine, cu mai mulţi bani ca mine, care să mă protejeze şi care să mă ducă la altar. I-am zis vreo două de relaţia ei cu tata. Că amândoi erau puternici şi respectaţi când s-au căsătorit. Iar ea nu i-a căutat vreun moment protecţia. A înţeles. Ba mai mult, mi-a zis că s-au respectat şi susţinut reciproc. Şi a recunoscut că îşi dorea pentru mine ceva ce era de modă veche, să am parte de o existenţă comodă asigurată de un bărbat. I-a trecut pofta tradiţionalistă. Mi-a şi spus că are încredere că voi face ce e bine pentru mine şi că nu e treaba ei dacă şi cu cine mă căsătoresc.

Şi cum te-au făcut să te simţi toate acestea?

Bine. Am obţinut confirmarea mamei că pot avea încredere în natura mea dinamică în căutare de independenţă. Las că scot eu din pământ toată mătrăguna percepţiilor deformate despre cum trebuie să arate o femeie în relaţia de cuplu! Contează să fii om! Indiferent că eşti femeie sau bărbat.

Agentul face ochii mari de tot. Zice ceva de parcă nici nu mi-a auzit ultimele două propoziţii.

Scot mătrăguna din pământ, scot pe Electra din pământ.

— Adică tot acolo am rămas?!

— Mătrăguna este o plantă cu mare simbolistică. Nu întâmplător ai spus-o. S-a preparat ceva acolo în interiorul tău ce se cere a fi lucrat. Dai semne că e Electra.

Degeaba încerc să-i argumentez că asociam mătrăguna aia cu stereotipiile de gen şi percepţiile sociale despre cum trebuie să arate un cuplu. Oricum nu mai e timp. Şedinţa trebuia să se fi încheiat de mult. Depăşisem cele două ore.

Presupusul complex rămâne în coadă de peşte. Agentul îmi zice că e necesar să îl lucrez, eu sunt politicoasă şi rezervată. O ţin pe a mea cu umanitatea.

Totuşi mă frapează insistenţa agentului. Îmi propun ca la şedinţa următoare să-i îmbrăţişez premisa. Dincolo de joacă sau idei preconcepute. Să văd ce iese.

Vreau să mă mai relaxez faţă de terapie, să n-o mai iau aşa încrâncenat.

Fix după finalizarea şedinţei mă apuc să citesc o altă carte scrisă de Mircea Eliade – Yoga, nemurire şi libertate.

Încă din primele pagini am dat peste paralela între spiritualitatea occidentală şi psihologie, psihanaliză.

Înţelepţii şi asceţii indieni făcuseră o explorare în zonele obscure ale inconştientului.

Observaseră cum condiţionările fiziologice, sociale, culturale şi religioase erau uşor de delimitat şi în consecinţă de dominat.

Înţelepţii indieni ziceau că marile obstacole în calea vieţii ascetice şi contemplative se iveau din activitatea inconştientului, din *saṃskāra* şi *vasana*, „impregnaţii”, „reziduuri”, „latenţe”.

Adică ceea ce psihologia desemnează drept conţinuturi şi structuri ale inconştientului.

Anticipaseră pragmatic anumite tehnici psihologice moderne prin premisele lor de „decondiţionare” a omului, se acţiona asupra conţinuturilor inconştientului spre a le „arde” (Eliade, 1993, p 10).

Eu voisem de la mine eliberarea de uriciuni, să fiu propriul meu stăpân. Scăpasem de bâţâială. Îmi arsesem şi frica de eşec. Mai aveam nişte reziduuri, tot nu aveam o încredere bună în mine.

De aceea mă şi complăceam în simulacrul meu de terapie.

Ba chiar mi-am zis că insistenţa agentului pe Electra ar putea fi o oportunitate în a mă elibera de imitarea inconştientă a părinţilor. Sau de reactivitatea pe dânşii.

Eram sub o influenţă nefastă. O realizam parţial.

Probabil că de aceea îmi atrage atenţia o stare – „*cu inima liniştită*, *purificată*, *translucidă*, *lipsită de răutate*, *suplă*, *gata să acţioneze*, *fermă şi imperturbabilă*” (Eliade, 1993, p 158). Aşa este descrisă starea pe care o asceţii yoghini o dobândesc pe parcursul iniţierii lor.

Eliade spune că acest lucru e însăşi spiritul omului aflat în „modalitatea puterii miraculoase şi a concentrării”.

Îmi pare că a avea o inimă liniştită, gata să acţioneze, fermă şi imperturbabilă era exact ce voiam de la mine.

Să scap de terapie, să scriu, cartea, să mă fac om demn cu tărie de caracter.

Cum să-mi fac inima bună şi fermă?

Eliade îl citează pe Buddha şi scrie că datele problemei şi soluţia se găsesc în omul ca atare (Eliade, 1993, p159).

Entitatea terapeutică îmi spusese de multe ori că soluţiile sunt în mine şi trebuie să am doar ochi să le văd.

Mă puteam folosi de lucrurile bune pe care mi le oferise influenţa terapeutică. Pentru a mă despovăra de domnia ei în existenţa mea.

Dacă am siguranţa de sine, inima liniştită, gata să acţioneze ferm, atunci ce nevoie mai am de terapie?

Până pe 12 ianuarie termin cartea. Înţeleg că starea aia bună a inimii o pot obţine prin disciplină interioară, claritate, stăpânire de sine, emanciparea de automatisme şi idei preconcepute, rigoare şi fluiditate.

Îmi zic că mă pot disciplina şi stăpâni mai bine. Totodată pot fi mai reflexivă şi să nu-mi mai iau atât de în serios încrâncenările. Să mă detaşez niţel de pulsiunile mele, să fiu contemplativă.

Încerc să fac acest lucru chiar în ziua terminării cărţii. Aveam şi terapie.

Povestesc de Eliade şi inima împăcată pe care voiam să o am. Entitatea îi dă cu beneficiile pe care spiritualitatea orientală le are în dezvoltarea personală. Suspectez că ajunge iar la dăruire şi prezint şi reversul medaliei.

Dacă emanciparea spirituală nu este legată de cu lucru concret rişti să te cam pierzi în mistic, îţi dispare pragmatismul. Nu vreau să ating Nirvana şi nici să devin un călugăr tibetan. Ci doar să-mi stabilizez încrederea în propria-mi persoană şi să mă pot considera un om demn şi respectabil.

A-ţi pune întrebările potrivite înseamnă a ieşi din mistic.

Bun. Să rămân în focus atunci. În ultima vreme am tot lucrat pe relaţia părinţilor mei. Bănuiesc că una din principalele condiţii în formarea încrederii şi siguranţei de sine în copil este faptul de a se simţi iubit.

Cât mi-am bătut eu gura cu iubirea… Mă bucur că o vezi.

Nu mă îndoiesc de iubirea pe care mi-o purtau părinţii. Şi-au dat străduania pe cât au putut. M-au expus la medii variate şi mi-au lăsat o zestre. Ghimpele meu a fost o

nevoie mai mare de atenţie şi de libertate. Mă simţeam iubită insuficient atunci când nu primeam atâta atenţie câtă voiam sau mi se limita libertatea.

Ce au oferit mama şi tata?

Corect ar fi să spun că afecţiune necondiţionată, autoritate, blândeţe, cadru afectiv potrivit, suport, susţinere, modele adecvate. Ca să fie ca la carte. Numai că mie nu-mi place în continuare de autoritate. Iar modelele adecvate sunt relative. O ştiţi pe aia cu câte bordeie, atâtea obiceie…

Poţi avea acces la modele adecvate.

Cum?

Abordând egocentrismul. Copilul la trei ani se crede centrul universului. Prelungirea egocentrismului mai mult decât este necesar duce la mecanisme de apărare.

— Revolta mea pe autoritate?

— *Egoism, furie, răutate, lipsă de ataşament*.

— Acestea sunt mecanisme de apărare?

Sunt circumscrise jocului de putere prin care se refuză integrarea autorităţii parentale.

Uit că îi spusesem cum din respect faţă de părinţii mei mă luptam cu mine ca să scap de trăsnăi şi să las în urmă măcar dublu faţă de ce mi-au dat ei. Mă las purtată în cuvântarea agentului.

Recunosc că în copilărie îmi plăcea enorm să provoc dezordine şi haos, îl luam pe „nu” în braţe în mare parte şi doar de dragul harababurii şi tămbălăului. Poate revolta mea pustia tot, indiferent că era iubire sau autoritate.

Sănătos e ca ambele să fie adecvat poziţionate.

Facem aici procesul etapei de sute de şedinţe. Haideţi s-o rezolvăm odată cu revolta asta.

Cea mai simplă cale e simbolicul. Jung spunea că ne ajută să accesăm, să asimilăm.

Am avut şi etapa cu Jung. Dacă vă amintiţi. Dar nu am luat-o de coarne pe Electra. Aşa-i? Că de dinainte de Crăciun mă tot urmăriţi cu asta.

Se poate realiza un travaliu pe Electra.

Cum?

Abordăm egocentrismul, jocul de putere şi doliul.

— Hmm. Nu cred că funcţionează aşa. Vorbim de un complex inconştient pe care îl neg. Doliul, mă scuzaţi, dar este depăşit. Ţineţi minte ce am făcut când a murit bunica Strat, da? Şi nu durerea suferinţei pierderii a fost aia mare. Ci durerea suferinţei lipsei de atenţie.

Pot rămâne urme, reziduuri…

De fapt înţeleg ce vreţi să spuneţi. Tata a murit şi nu am mai apucat să îmi consum complexul.

Asta e!

Staţi puţin. Că nu merge aşa. Corect ar fi să mă întreb – voiam să îl seduc pe tata sau nu? Mă uit la entitate. Pare în tensiune.

Mă voi relaxa un pic şi voi încerca să cobor în lumea copilăriei. Lăsaţi-mă câteva momente. O să încerc să fac ca la Cartea Roşie, să scot ceva din inconştient. Poate găsesc imaginea aia simbolică care să mă ajute.

Mai întâi intru voit în starea mea de revoltă din copilărie. Mă gândesc la autoritate, mă gândesc la lipsa de atenţie. Parcurg cu ochii minţii şi sufletului diverse momente din copilărie în ideea de a retrăi starea de atunci, întru a vedea ce-i în inima ei.

Mă aştept să dau peste o frică supremă. Poate mă cuprinde aşa, în faţa agentului. Cu atât mai bine. O să văd dacă e în stare să îmi gestioneze frica bazală. Are loc un dialog în capul meu

Hai Viorelo! Concentrează-te pe starea aia de revoltă! Cum mă simţeam eu atunci? Furioasă. De ce? Că nu primesc cât vreau. Cât voiam eu? Mult, mult şi mult, enorm, parcă orice aş fi făcut nu îmi era îndeajuns.

Dacă nu primeam cum mă simţeam? Mai întâi înfricoşată. Însă frica se transforma instant în furie. Hai Viorelo! Ce ar fi suficient pentru mine din partea părinţilor?

Îmi tot vine senzaţia că nimic nu îmi este îndeajuns.

Mă concentrez asupra ei. Cum e? Foame mare de toate, spirit nesătul!

Totuşi… Ce mă mai liniştea?

Închid ochii. Inspir şi expir adânc de câteva ori. Mă relaxez.

Îmi vine în minte o imagine. Cum strângeam eu tare-tare diverse animăluţe de pluş sau diverse animăluţe vii – pisici, câini, găini.

De ce faci asta Viorela?

Pentru că îmi place! Mă simt bine! Şi mai ce?

Parcă vreau să mi le însuşesc în totalitate din drag pentru ele, să fie una cu mine.

Da. Asta fac toţi copiii. Nu-i nimic anormal. Freud zicea că prima etapă a identificării la copil are loc printr-o dorinţă a infantului de a-şi încorpora obiectul iubirii, al dragului.

Ce mă mai făcea să mă simt bine? Să îmi miros părinţii. Le luam mâinile şi le miroseam cu nesaţ. Acest lucru mă liniştea. Pe cine voiam să miros mai mult?

Hopa! Am ajuns unde trebuie! mai am un pic şi dau de însăşi Electra. Persist în retrăirea stării de a-mi mirosi părinţii.

Ce miros îmi plăcea mai mult? Mama? Tata? Mama? Tata?

Nu mă pot decide, îmi plăceau în egală măsură, îmi plăcea să le alternez. Dacă mi-ar fi fost permis aş fi fost în stare să stau aproape o zi întreagă între părinţii mei şi să îi miros când pe unul, când pe altul.

Insist pe retrăirea stării pe care o aveam când îmi miroseam părinţii.

Ce voiam să fac eu mai departe? Voiam să-l am pe unul sau pe altul doar pentru mine? Nu! îi voiam pe amândoi!

Mă concentrez în continuare. Parcă chiar simt iar mirosul pielii părinţilor. Ce aş fi făcut eu mai departe dacă ei m-ar fi lăsat să îi miros în voie?

I-aş fi mâncat!

Aceasta e prima idee care mi-a venit când mi-am pus întrebarea. De ce?

Păi de drag. Aşa simţeam şi când strângeam în braţe micile animăluţe pufoase, că vreau să le mănânc.

Oaiii! Deci voiam să îmi mănânc părinţii! Dacă m-ar fi lăsat să îi miros în voie. Nu mă lăsau niciodată să mă satur de mirosit. Mă îndepărtau, mă certau, uneori mă şi plesneau.

Simt o furie. Îmi vine în minte o imagine.

Cum îmi adulmec părinţii, îi cuprind în braţe, le simt căldura şi muşc din ei. Şi muşc, şi muşc, le simt căldura şi mirosul din ce în ce mai puternic. Mă satur, mă simt plină şi liniştită. Îmi depun excrementele pe rămăşiţele lor.

Grăiesc către agent.

Eu vreau să îmi mănânc părinţii şi după aia să fac caca şi pipi pe ce a rămas din ei!

Când o spun simt că mă golesc de ceva. Sunt mai uşoară şi totodată am mai mult zvâc. Exact ca atunci când faci primul salt în aer pe o trambulină elastică. Mă scutur niţel. Revin la starea normală.

Îmi dau seama că am spus o grozăvie. Agentul are o faţă cam înspăimântată. Face ochii mari. Se aşază mai bine în scaun, dându-se puţin înapoi. Tace. Încep să-i relatez paşii prin care am ajuns acolo. O mai îndulcesc pe alocuri.

Ştiţi cum e cu animăluţele alea mici. Sigur aţi simţit-o şi dumneavoastră în copilărie. Mai smotoceaţi o mâţă, un căţel…

Sunt nişte conţinuturi latente care au luat o formă manifestă.

— Păi Freud zicea că la copil identificarea cu obiectul iubirii se face prin încorporarea lui.

— *Mâncatul părinţilor poate fi echivalat cu consumul sexual. E un cerc vicios, consumator*.

— Eu cred că e revolta mea pe autoritate. Partea cu excrementul a apărut după ce mi-am amintit că nu aveam

voie să îi miros pe cât aveam poftă.

E bine să lucrezi la creşterea câmpului perceptiv existenţial conştient.

Probabil există o legătură clară între obiceiul meu de a-mi mirosi părinţii şi un canibalism latent.

E vorba de un aşa-zis confort afectiv. *Consumai compulsiv nevoia de confort afectiv*.

Sau nu. Ştiţi vorba aia din popor atunci când nu mai poţi după ceva? Că îţi vine să-l mănânci de drag, de iubire… Cred că oricine a simţit măcar o dată impulsul de a muşca o persoană. Ce e prea drăgălaşă şi stârneşte o imensitate de senzaţii iubăreţe. Ceva copleşitor…

Se uită la mine şi îşi plimbă ochii.

Aşa este. Dar *părinţii nu sunt obiecte*.

Păi şi ce copii sunt? Câte mame şi taţi n-am văzut eu cu mâinile sau picioarele copiilor lor în gură… Ca să nu mai vorbim de îndrăgostiţi. Eu cred că doar mi-am accesat o pulsiune normală. Una mai străveche, care se află în noi toţi. Identificarea cu obiectul iubirii ce dă pulsiunea de a-l încorpora.

Are o natură compulsivă.

— Probabil. Dar nu i-am mâncat. Asta înseamnă că mi-am stăpânit compulsia.

Bine e să ne detaşăm de compulsii.

Păi asta cred că am făcut acum că am conştientizat pulsiunea mea latentă de a-mi păpa părinţii.

Conştientizarea contribuie la depăşirea etapelor nepotrivite.

Da, ideea e să nu te blochezi în depăşire ci să faci, să dobândeşti mai multe.

Bucuria conştientizării şi realizării de sine contribuie la construirea percepţiei de sine – „eu sunt”.

— Ooo! Aţi zis un lucru mare. Îmi dau seama că de mică am avut un mare zvâc în mine. Deci nu mai am de ce să mă îndoiesc de mine. Pot, rezist şi fac. Şi mai am şi conştiinţă!

Conştiinţa fără conştienţă nu are obiect sau subiect.

Îmi pare idiot ce zice. Parcă vrea să mă saboteze. Nu mă las mai prejos. Glăsuiesc şi eu o tâmpenie.

Păi chiar obiectul părinţilor a băgat conştiinţa în mine.

Părinţii nu sunt obiecte! *Interiorizând acest lucru le accepţi iubirea, construieşti încrederea în tine şi preschimbi pe Electra*.

— E adevărată asta cu părinţii care nu sunt obiecte. E revelator. Explică tendinţa mea generală de a obiectifica. N-o văd ca pe ceva patologic. E o latenţă. Toţi oamenii pornesc în viaţă de la identificarea cu obiectul primordial al existenţei lor, mama. De Electra mă îndoiesc însă. Nu voiam să-i seduc pe vreunul dintre ei. Ci să îi mănânc.

Simt un mare zvâc când o zic. Mi se ia povara de pe suflet. Am avânt. Nu aveam complex Electra nerezolvat. Nu tânjeam după seducţie, atenţie sau copil făcut cu tata. Ci după ingerarea ambilor părinţi. Îmi spun în sinea mea că zăcea în mine o mare forţă exprimată prin furie de voiam să fac acest lucru. N-o zic de teamă că agentul mă vâră iar în supa egocentrică. Nu se lasă de obsesia complexului.

Consumul e parte a comportamentului sexual. Canibalismul o altă faţetă. La fel şi obiectificarea. Electra este foarte insidios.

Bine să zicem că e o dimensiune. Ce-i de făcut?

Mă întreb cum delimitez şi preschimb Electra. Care sunt gesturile şi reprezentările simbolice ce facilitează acest lucru?

Păi ziceţi că se leagă de obiectificare.

— *E nefiresc să preschimb din persoană în obiect*.

— Eh, că tot îi dăm aici cu obiectele, să ştiţi că mi-am amintit un vis din copilărie. Era recurent. Şi ce credeţi? Nu avea treabă cu tata. Ci cu mama şi bunica.

Te ascult. Care este visul?

Eram într-un soi de vale nisipoasă, nisipul era ţinut să nu cadă cu podeţe de lemn, care erau şi pe sus şi pe jos.

Printre podeţe erau tot felul de bărci şi păpuşele, mai mici şi mai mari. Cum mă uitam eu la acele păpuşele îmi dau seama că le pot transforma pe mama şi bunica în păpuşele. O fac. Îmi pare rău că nu mai pot să le fac la loc. Mă trezesc speriată şi tristă.

E acolo un joc insidios între compulsia de a obiectifica şi abandon.

Păi? Compulsia e o parte recurentă a naturii mele. Să-mi mănânc părinţii, să-mi transform mama şi bunica în păpuşi. Pare că am de-a face cu o compulsie de a controla. Dar şi de face lucruri. Mi-e clar că aşa sunt, am o natură compulsivă. Asta nu înseamnă Electra.

Electra poate fi o modalitate de a suporta abandonul.

E prea metafizică asta. M-ar interesa să-mi stăpânesc firea compulsivă. Bănuiesc că ăsta e arcul de boltă, piesa mea centrală.

Putem lucra pe compulsie.

Da, ar fi un lucru bun. O să o fac tot compulsiv. Cui pe cui se scoate.

E necesară pacea interioară pentru lucru.

Voiam să-i zic că de aia fac terapie, ca să obţin pacea interioară. Dacă o aveam cu siguranţă nu mă mai legam eu la cap, la ataşament şi la pungă de un om care oferea servicii de psiho-terapie la domiciliu.

M-am stăpânit de la a arunca cu acid în imbecilitatea pe care o spusese. Eram la rândul meu un monument de tâmpenie. Am făcut chiar opusul. I-am îmbrăţişat-o. Mai ales că voiam pacea ca să scap de cazna şi cheltuiala terapiei.

Am stabilit ca la următoarea şedinţă să continuăm lucrul pe Compulsie. Compulsivitatea era natura mea principală şi am persistat până i-am găsit explicaţia.

În capitolul următor prezint ce am discutat, cum m-am jucat pe marginea compulsiei. Pentru ca în cele din urmă să descopăr cea mai mare grozăvie a întregii mele fiinţe. FRICA.

Capitolul XIX. Compulsie şi frică.

Fusese o cazną să lucrez un complex ce percepeam că nu îmi aparţinea. Bine, este perspectiva mea subiectivă. Bazată pe cunoştinţele psihanalitice pe care le-am dobândit de-a lungul timpului. Poate un om cu o minte brici, care e un desăvârşit practicant al psihanalizei, ar putea zice că am complexul Electra.

Dacă mi-o argumentează bine şi pe gratis aş fi dispusă să iau în considerare premisa. Însă presupun că nu e cazul. Până la proba contrarie.

Şi desigur că nu tot ce zboară pe lumea asta se şi mănâncă.

Entitatea terapeutică m-a făcut să mă îndoiesc de mine şi să mă canonesc cu dandanaua Electrei.

Nu a fost chiar în van. Am mai prins nişte încredere în forţa mea şi în compulsia mea de a controla. Mi-a devenit clar ca bună-ziua că dacă vreau starea de spirit a stăpânirii de sine şi tăria de caracter, atunci trebuie să îmi stăpânesc şi gestionez compulsia. Bine şi cu folos. Pragmatic şi moral.

Compulsivitatea era mecanismul prin care prinseseră contur majoritatea lucrurilor din viaţa mea. De la ticuri şi rele la realizări şi lucruri bune.

Mă bâţâisem şi visasem cu ochii deschişi compulsiv. Compulsiv făceam în ciudă.

Eu trebuia să fac metodic în ciudă unei structuri de autoritate.

Renunţasem la a face în ciudă multor lucruri pentru că aveam entitatea terapeutică căreia să îi fac în ciudă. Era obiectul plătit al descărcării tensiunii ciudei mele. Degeaba îmi dădeam eu seama de competenţele-i limitate căci compulsia şi plăcerea de a-i face în ciudă nu dispăreau. Ba, mai mult, le dusesem la un alt nivel, voia să-i dau ciuda maximă printr-o carte scrisă în limba de lemn a domniei sale.

Aveam iluzii compulsive şi plăteam şedinţe peste şedinţe din cauza lor.

Compulsia era piesa centrală a puzzle-ului meu personal. Aveam o inimă de compulsie stăpânită deficitar. Şi m-am îndârjit să o controlez, să o stăpânesc.

Mă apucasem de terapie întru a scăpa de compulsivele ritualuri de a mă bâţâi şi a-mi zgândări bubiţa. Am intrat într-o compulsivă revoltă pe entitatea terapeutică.

Din revoltă am înlăturat bâţâiala şi am ajuns să-l citesc compulsiv pe Jung.

Apoi am fugit compulsiv după reaprinderea momentelor din copilărie. Pentru că voiam compulsiv să fac individuaţie. Mă păcăleam ca să scap de frica scrierii dizertaţiei.

Am văzut că nu merge şi am încercat să-mi însuşesc compulsiv discursul agentului.

După care m-am apucat compulsiv să-l citesc pe Freud, de unde am aflat de principiul realităţii, lucru care m-a ajutat să mă mai detaşez de compulsie.

Asta a durat doar o scurtă vreme, cât să ajung să fac imaginaţie activă, să am fantezia mea lucidă cu marele monstru. Mai apoi, din vină că nu am cultură generală, ordine şi disciplină, am pornit în goana compulsivă după obţinerea lor.

Agentul mi-a pomenit fabula celor două poloboace, lucru ce mi-a declanşat voinţa de a-mi stăpâni compulsia întru a o pune la treabă. Voiam să am un poloboc plin aşa că mi-am scos logica de acumulare la înaintare.

Pe lângă dizertaţie şi casă voiam să am şi finalizarea terapiei cu o carte.

Mă îndârjeam compulsiv să obţin izbăvirea din partea entităţii terapeutice. Mai era ceva. Aveam răbdare să-i notez şi asimilez parte a discursului.

Degeaba.

Nu-mi aprecia şi aproba compulsia investită în perseverenţa de a-mi conştientiza şi ajusta relele. Nici dorinţa de a avea mai mult.

Lucru ce mă încrâncena şi mai tare să fac cumva m-

am obţine mai multe de la mine şi să controlez agentul în a-mi da gratificarea ultimă.

Pe 19 ianuarie 2015 am avut şedinţa terapeutică pe care entitatea o vedea ca destinată conştientizării şi gestionării compulsiei.

Era ridicol. Căci făcusem acest lucru pe tot parcursul terapiei, mersesem în logica cui pe cui se scoate.

Încep prin a-i povesti despre tot ce făcusem în anii de terapie. Insist pe acumularea compulsivă de noţiuni şi pe voinţa mea de a avea reuşite materiale şi intelectuale.

7. Ştiţi, eu chiar îmi doresc din tot sufletul să reuşesc. Numai că încă mi-e frică! Compulsia asta a mea nu doar că mă face să merg înainte, dar îmi şi ascunde uneori frica.

8. Antidotul la anxietate este răbdarea asociată cu încrederea.

— Eh, vedeţi… Încrederea aia nu prea o am.

— *Cu răbdare vei obţine şi darul încrederii*.

— Cu muncă, cu perseverenţă, cu persistenţă, cu stăpânire de sine. Când mergi în ceva până în pânzele albe şi în cele din urmă îţi iese… E ceva fantastic. Îţi creşte încrederea în tine. Uitaţi ce stare de spirit mi-au adus obţinerea casei şi intrarea la IDR. Mă simt mai stăpână, mai vânoasă… Dar tot am încredere insuficientă… Vreau mai mult!

Agentul oftează.

— *Darul autentic completează, nu aduce compulsivitate*.

— Şi cum faci că să ajungi la darul ăla nepreţuit?

— *Mulţumirea către celălalt, valorizarea*.

— Vorbim despre mine şi compulsia mea. Nu despre interacţiunile mele cu oamenii. Unde mă descurc. Să înţeleg că dacă stau şi fac un prinos de mulţumiri o să primesc un dar?

— *Reciprocitatea în dăruire contribuie la stima de sine*.

— Io mă simt mai încrezătoare atunci când îmi reuşeşte ceva! Când îmi mai înving vreo limită! Când obţin ce vreau!

— Iată cum apare compulsia, care nu te mai lasă să vezi pe de-a întregul.

— Păi haideţi să lucrăm compulsia!

— *Putem începe cu fazele compulsivităţii la diferite vârste*.

— Adică pe ce am aflat data trecută? Că voiam să-mi devorez familia?

— *Canibalismul este furia dusă la un maxim inuman*.

— Uneori şi o metodă de supravieţuire… Gândiţi-vă la războaie şi foamete.

— Acolo e instinct de conservare, e altceva.

— Aha. Vorbim de faze. Cum am zis şi data trecută, prima fază a identificării are loc prin încorporarea obiectului plăcerii.

— *Furia aceea de a devora poate fi înţărcată*.

— Am tot abordat înţărcarea pe parcursul terapiei şi îmi pare că a dus niciunde.

— *Compulsivitatea apare atunci când nu mai am obiectul plăcerii şi asta mă înfurie*.

— Sau atunci când pur şi simplu vreau să am mai mult din oficiu.

— A-ţi dori mai mult de la tine implică şi gestionarea compulsiilor, a inumanului.

— Păi… eu tot încerc să vă zic într-un fel sau altul că vreau să îmi stăpânesc mai bine compulsia… Ca să scot mai multe şi din mine şi din ceilalţi.

— *Oamenii nu sunt obiecte*.

— Da, am priceput asta data trecută. Ce fac eu ca să nu mai văd oamenii ca obiecte?

— *Valorizezi*. *Valorizarea celuilalt e consecutivă valorizării personale*, *„eu sunt”*.

Simt că încearcă să îmi bage parşiv îndoiala în suflet.

Degeaba îi spusesem că aveam zvâc în mine şi pot imediat după ce îmi vorbise de construirea percepţiei de sine. Adică acel „eu sunt” pe care mi-l pusese pe tavă şi la şedinţa de dinainte.

Percep că nu-mi respectă valorile, mă judecă pentru râvna mea neobosită. Încerc să-i zic subtil că are o judecată nătângă.

— Am mai vorbit de asumarea identităţii de mai multe ori. Am cam ajuns la etapa afirmării ei…

— Bine este să existe un echilibru şi o deschidere către aspectele mai puţin dezvoltate ale fiinţei noastre.

Pricepuse ce voiam să zic şi o întorcea ca la Ploieşti. Simt un vag impuls să-i dau anatomia afară pe uşă şi să-i zic că încheiem colaborarea. Îl reprim. Ajunsesem la partea cea mai adâncă şi persistentă a fiinţei mele, compulsia. Nu mă pot da bătută. Intuiesc că şi aşa, asistată de o competenţă limitată, pot ajunge să-mi stăpânesc mai bine compulsia.

— Desigur. Mai întâi este indicat să stăpânim cum trebuie ce avem. Lucrăm aici la compulsie. Vreau să-mi construiesc o perspectivă sănătoasă asupra ei.

— *Lucrurile pot fi ajustate*. *Prin deschidere*, *stare de prezenţă*. *Diferenţierea amalgamului*.

— Am tot vorbit de amalgamul acesta. Ca să îl înţeleg am nevoie să ştiu cum funcţionează.

— *Amalgamul are punct de origine în simţire şi emoţie*.

— Aha. Trebuie să fac diferenţiere emoţională. Cum?

— Starea de prezenţă şi deschiderea…

— Compulsia e o pulsiune, nu o emoţie. Cum fac să mă departajez de ea, să o stăpânesc bine, în folosul meu?

— *Ai spus cuvântul cheie*, *departajare*. *Departajarea nepotrivită este compulsivitatea şi anxietatea*.

Diferenţierea emoţională ajută la detaşarea de compulsie.

— E parte a naturii mele. Trebuie să învăţ să o

stăpânesc!

— *E o furie şi o pedepsire să vezi lucrurile aşa. Duci târâş amalgamul compulsiei. Te poţi detaşa de el.*

— Îl pot stăpâni şi pune la treabă, cum am mai tot făcut-o până acum!

— *Compulsia nu aduce bucurie şi satisfacţie.*

— Bucuria e un termen relativ. Satisfacţia nu. Ştiu că a mea compulsie m-a tot satisfăcut până acum. Înainte prost, că mă blocasem în bâţâială şi perfecţionism compulsiv. Acum din ce în ce mai bine. Drept e că uneori mă mai ia frica… O să o învinge şi pe aia!

— *Compulsia şi anxietatea fac un amalgam de nu se mai înţelege om cu persoană.*

— Nasol. Ce sugeraţi că ar fi necesar şi bine?

— *Te poţi întreba ce atribute are compulsia la tine.*

— Ameninţă. Când e nestăpânită…

Iau o pauză. Îmi dau seama că mai bine îi zic de relele compulsiei. Nu de ce vreau să fac eu cu ea. E clar că entitatea nu e sub nicio formă de acord cu compulsia. Mai bine îi fac pe plac, că poate mai obţin nişte informaţii. Dacă nu măcar mă amuz de cum îi iau discursul în derâdere. Şi compulsia nu am cum s-o scot din mine. E râvna, pofta mea de viaţă, pulsiunea dionisiacă, pulsiunea lui Eros.

Nu am cum să spun aşa ceva. Dau să continui cu atributele compulsiei. Agentul dă să zică ceva. Îi dau întâietate, îmi înghit vorbele.

— Vio, compulsia prin însăşi natura ei este nestăpânită.

— Da, pustieşte. E învolburată. Face auto-alimentare. Are dinţi de fierăstrău. E robotică, instabilă. Şi nu în ultimul rând agresivă.

— *Darul diferenţierii emoţionale îţi permite alegerea. Alegi să te detaşezi de compulsie.*

Partea cu darul merge ca nuca în perete cu diferenţierea. Mă abţin să-i zic că face un prost amestec,

sau amalgam pe limba domniei sale. Între religie şi raţiune.

— Şi cum te detaşezi de compulsie?

— *Putem găsi alternative pentru detaşarea de compulsie*.

I le zic la început fix pe alea de le fac mai compulsiv. Amânasem compulsiv şi obsesiv să mă mai bâţâi. Amân compulsiv să închei mizeria de terapie. Amân compulsiv să-i zic entităţii verde în faţă că e incompetentă. Curiozitate nesătulă am dintotdeauna. Îmi dreg vocea.

— Da, aş putea porni de la amânare şi curiozitate…

Iau o pauză. Să-i dau timp să reacţioneze. În van. Are sinapsele înfundate. Sau am eu nişte aşteptări nerealiste. Pe degeaba sper să îşi dea seama că amânarea şi curiozitatea sunt din registrul meu compulsiv. Se uită la mine şi tace ca peştele în apă. Continui.

— Deschidere…

— *Auto-observaţie, lărgirea spaţiului conştient*.

— Aha, o să îmi deschid şi mai mult spaţiul şi câmpul conştient. O să mă îndrăgostesc de el.

O zic înadins ca să mă râd niţel în sinea mea de trăsnaia pe care aş putea-o declanşa. Zice ceva modic.

— *Dragostea implică şi elementul corporal. Iubirea necondiţionată ar fi o alternativă potrivită*.

— Bine. O să fiu constantă în a mă iubi şi a-mi deschide câmpul conştient.

— *Constanţa este o alternativă potrivită la compulsie*.

— Să fiu constantă în ce? Oricum şi la constanţă se poate ajunge compulsiv. Faci. Şi iar faci. Până te faci constant.

Oftează prelung şi îşi plimbă ochii.

— *Pot fi constant în a discrimina şi identifica compulsia*!

— Da, sună bine asta cu discriminarea. Pui discernământul la lucru.

— *Îţi confrunţi compulsia*!

— O confrunt constant. Ca s-o pun să facă ce trebuie.

— *Confrunţi şi alegi să te detaşezi. Alegerea conştientă ne scoate din spaţiul dezadaptării.*

Îmi stă pe limbă să zic că ar trebui să-i confrunt domnia, să mă detaşez de terapie. Că aleg conştient să o termin. Nu pot. Am năzuinţa compulsivă de o încheia în condiţii bune, de a găsi un sens simbolic al caznei mele. De a scrie cartea. De aceea continui să-i fac jocul.

— Am tot discutat despre alegerea conştientă. Şi când am început agenda asta am stabilit că am ieşit din corectarea dezadaptării şi am început dezvoltarea, psihologia de profunzime.

— Ce ai făcut tu acum un minut?

— Ce să fac? Am scris în agendă.

— Nu îţi dai voie să fii prezentă în întregime. Te agăţi de compulsia scrisului.

— Am nevoie de scris ca să mă stabilizez. Mă ajută la focus. Am o cronică a ceea ce am lucrat. Pot să discriminez ce e bine şi ce nu.

— Poţi să faci acest lucru aici, în stare autentică de lucru cu sine. Scrisul acesta îţi opreşte cursul firesc.

Dăruieşte-ţi atenţia şi concentrarea dincolo de scrisul în agendă. Frizează compulsia.

Iau o pauză. Respir adânc. Ca să nu-i înjur autenticitatea. Autenticitatea e un concept cu valoare dubioasă. Pentru mine e cât se poate de autentic să îmi iau notiţele caznei mele şi să mă joc cu neghiobia entităţii terapeutice. Numai că domnia sa nu pricepe.

Aşa că încerc să-i conving luminăţia de necesitatea scrierii mele în agendă. Constant, până la sfârşitul şedinţei.

Mă simt şi mai determinată în zvâcul meu. Trebuie să fac ceva, cumva, să închei trăsnaia mea de terapie.

Mă uit la agendă. E deja umplută pe sfert. Îmi propun să o termin cu terapia înainte de a ajunge la jumătatea ceaslovului.

Cu ocazia primei şedinţe fac tămbălău cu a mea compulsie şi voinţă de putere.

— Data trecută am vorbit despre nevoia de a îmi discrimina compulsia. Ei bine, m-am gândit şi am ajuns la concluzia că abuzul şi exagerarea sunt lipite de fiinţa mea. Mi-au dat de chin. Dar mi-au adus şi o sumedenie de lucruri bune. Prin ele m-am dus pe copcă, prin ele m-am ridicat din cenuşă…

— Nu te păcăli, e o dependenţă. Putem lucra pe atributele compulsiei.

— Păi e principiul plăcerii. L-am stăpânit. Cât de cât. Am dat de furia mea încrâncenată. Care totodată e şi sursa mea de energie vitală. Depinde cum o folosesc. Dacă e pragmatic, atunci e bine, nu mai e loc de furie. Ci de dinamism. Am înţeles.

— Ce ar mai avea compulsia?

— Foc viu, voinţă de putere. Nu degeaba voiam să halesc familia. Era forma ultimă de control. Nu ziceaţi şi dumneavoastră că un copil poate răspunde la controlul părinţilor cu şi mai mult control?

— Să ne concentrăm pe lucrul nostru de acum…

— Exact asta fac. Înglobez şi experienţa trecută în el. Ca să anticipez viitorul. Vreau să fac scot lucruri bune din pulsiunea mea de a controla. Din compulsie…

— Observ că îţi este greu să te detaşezi de amalgamul compulsiei.

— Voinţa de putere şi control?

— *Sunt o altă faţetă a dependenţei. Nu lasă omul să îşi trăiască propria existenţă*.

— Nu sunt de acord. Dacă îmi discriminez compulsia şi o stăpânesc cum trebuie, atunci o să stau bine şi cu controlul. O să îl duc dincolo de revoltă. Cum stăpânesc eu compulsia?

— O putem explora grafic.

Iau o foaie A4, creioanele şi cariocile. Şi mă pun pe desenat. Îmi golesc mintea de orice. Pe parcurs sunt îmbiată să îmi exprim în desen ceea ce simt faţă de ce

lucram.

De aceea şi intitulez desenul pe verso „Viorela şi dragonul Compulsiei”. Căci percep cum terapia şi compulsia sunt nişte dragoni pe care trebuie să-i stăpânesc în folosul meu.

În desen nu este nicio vietate.

Figura 22. Viorela şi dragonul compulsiei.

Îmi place desenul. I-l întind cu mândrie entităţii. Mă aştept să mă facă harcea-parcea.

Se uită cu mare interes pe el. Plimbă ochii dintr-o parte în alta cu viteza unui titirez. Grăieşte.

— E o redare bună a compulsiei.

— Păi da. Nu degeaba am stat compulsiv pe conştientizare şi acumulare.

— Uite, aici la bază sunt darurile tale. Compulsivitatea le face talmeş-balmeş şi la final iese un amalgam, ca ceea ce este în săgeată.

— Putem interpreta desenul şi invers. În săgeata aia sunt caracteristicile şi energia nediferenţiate de la care porneşte orice om în viaţă. Aia din mijloc e pulsiunea de

viaţă, compulsia în cazul meu. Arată ca o energie din aia nucleară.

— Şi energia nucleară nu este o exagerare? Ai văzut ce s-a întâmplat cu Cernobîlul, cu Hiroshima…

— Şi da şi nu. Uitaţi aleg să mă concentrez pe darurile alea de la bază. Am verde acolo. E vigoarea mea, capacitatea de a mă regenera, atenţia la detalii.

— Verdele arată disponibilitatea către nou, schimbare şi renaştere.

— Sigur, dar să nu uităm că verdele poate fi şi cu răul, culoarea dracilor. La fel cum galbenul poate fi „fierea galbenă", baza temperamentului coleric, ăla nestăvilit. Galbenul e şi cu soarele, cu optimismul, cu sinteza…

— În desen apare soarele de două ori.

— Normal. Am surplus de dinamism în mine. Am şi visat o dată că înghit soarele şi îmi luminează din buric.

— Oare de ce nu există plural pentru soare?

— Eee! Cum să nu! Am doi sori în desen. Să mă vegheze mai bine! Şi mama şi tata erau dinamici. Amândoi erau ca soarele.

— Ai pe acolo şi o lună.

— Aşa de fason. Nu ştiu ce-i cu ea. Dumneavoastră ce credeţi?

— E un alt clopoţel care te invită să te trezeşti din absurditatea compulsiei. Unde ai văzut tu lună şi stele alături de soare?

— Dimineaţa la răsărit.

— Şarjez şi eu, dar absurditatea compulsiei tot acolo rămâne.

— Da înţeleg că e rău să fii absurd. Totuşi întregul desen e în culori vii, frumoase.

— Ai acolo şi roşu, culoarea iubirii.

— Şi a sângelui, a pasiunii, a înflăcărării, a patimii. Noroc că e balansat de contemplativul şi liniştitorul albastru. E şi cu loialitatea din câte am citit eu pe net. Poate şi cu nemurirea.

— Se răzgâie copilul egocentric din tine?

— Păi. În copilărie desenam mereu vârtejuri din astea nucleare cum e miezul desenului. Şi le coloram apoi.

Poate de atunci îmi transpuneam simbolic dinamismul.

— Eu văd acolo în vârtej şi o inimă.

— Da. E cu portocaliu şi violet. Îmi place combinaţia dintre ele. Portocaliul poate fi războinicul năvalnic din mine, agresivitatea. Dar şi voinţa de a-mi duce lucrurile la bun sfârşit.

— E un punct galben murdar acolo.

— Energia nediferenţiată. Sau ovulul care taman ce s-a unit cu spermatozoidul. Şi pac s-a făcut inima mea năvalnică şi rezistentă. Vedeţi că are şi un pic de roşu şi galben acolo, da? Şi jumate e mov. Pesemne tendinţa mea de a fantaza şi a mă juca cu metafore. Dar şi goana mea după paranormal din copilărie. Din portocaliu combinat cu mov o ieşi spiritul creativ…

— Pentru ajunge la o manifestare coerentă a creativităţii e necesar să îţi conştientizezi şi gestionezi compulsia şi amalgamul pe care îl generează.

— Trebuie să o stăpânesc!

— Stăpânirea e o premisă ce aduce cu sine tensiune.

— Dacă aşa sunt eu de la natură mai tensionată?

— Bucuria deconstruirii compulsiei aduce cu sine detensionarea.

— Păi gata, i-am văzut absurditatea. Compulsia e absurdă. Şi o să muncesc ca să o scot de acolo. Adică să o pun cu botul pe labe.

Nu se mai oboseşte să mă contrazică. Îmi subliniază că am realizat o bună explorare grafică a compulsiei. Îmi cere şi permisiunea de a-mi fotografia desenul cu telefonul mobil. Evident că i-o dau. Mi se pare ciudat. Mai făcusem desene şi nu mi le pozase, dar îmi zic că şi-a dat seama şi agentul care e esenţa fiinţei mele, compulsia.

I-o zic la final şi mă invită să observ unde sunt

elemente de compulsie în spaţiul meu cotidian.

N-o fac. Căci mă cuprinsese un mare val de încredere în mine. Mă dumirisem şi mai bine cine eram şi ce făceam. Nu era abandon, nu era doliu, nu era Electra. Era o bazală compulsie şi vână vitală.

Îmi zic că ticurile şi toate trăsnăile erau direct descinse din compulsie. Pe dânsa ar fi trebuit să o fi abordat de la bun început.

Dar, poate vorba agentului, nu aş fi avut ochi să o văd.

Însă am ochi să văd cum compulsia poate fi absurdă. Ştiu că o s-o dirijez să nu mai fie. Când e cazul. Şi mai ştiu că e rost de multă vitalitate în desen, cu tot cu serii mei absurzi.

Stăruiesc în a-l privi minute bune după şedinţă. Mă face să simt o stare de bine. Chiar îl percep pe acel „eu sunt”. Ce ţi-e scris în frunte ţi-e pus.

Îmi scotocesc dulapurile în căutarea desenelor din copilărie. Dau de unul făcut la şase ani. Are în el un vârtej similar cu cel pe care îl desenasem la terapie.

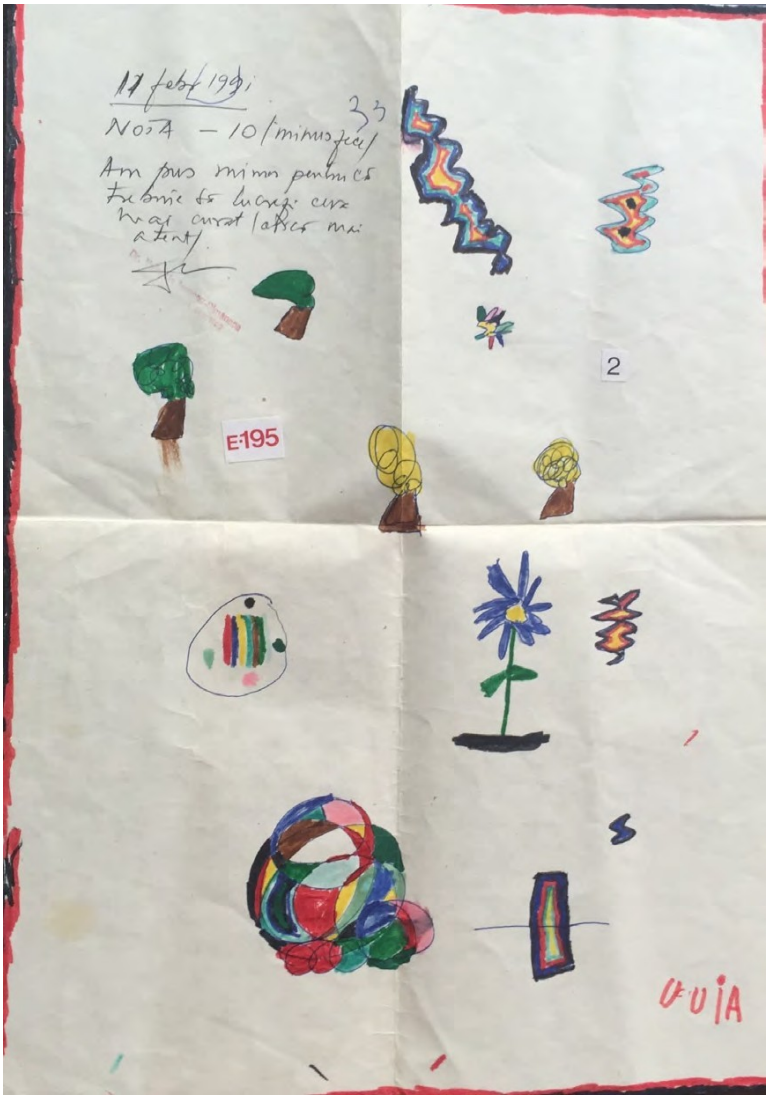


Figura 23. Desen făcut de V.S. pe 11.02.1991

Era o serie de figuri pe care le născusem într-o zi când eram la mama la serviciu. Eram şi cu tata. O aşteptam să-şi termine raportul de gardă şi să mergem cu toţii acasă. Ca să stau liniştită, să nu tulbur liniştea secţiei de neurologie mi s-a dat de lucru. Să desenez ceva frumos. M-am învoit. Aveau o sumedenie de carioci, care mai de

care mai colorate. Tata venise cu nişte casete video, să i le înapoieze colegului mamei. Aveau nişte abţibilduri. Am luat două şi le-am lipit pe desen.

A venit colegul mamei, să îi schimbe garda. Am făcut paradă cu desenul meu. Am primit şi un feed-back pentru el „nota – 10 (minus zece), am pus minus pentru că trebuie să lucrezi ceva mai curat (adică mai atent)”. Se şi semnase, pusese şi parafa. Mă simţeam inteligentă şi deosebită.

Regăsind desenul mă simt vânoasă şi cu zvâc. Căci are vârtejul nuclear în el.

Figura 24. Vârtejul, forma cea mai dragă a desenelor mele din copilărie

Percep că forma aceasta mă exprimă bine. Are multe părţi, e complexă, e colorată, e realizată dintr-odată.

Nu ridicam creionul când făceam vârtejuri, îmi lăsam mâna să umble. Şi apoi coloram forma.

Compar vârtejul de la şase ani cu cel de la treizeci de ani. E mai definit, mai complex şi în culori mai vii cel făcut acum. Deci m-am făcut mai bună. Plus că vârtejul e legat în desen de celelalte lucruri. Semn că am reuşit să-mi integrez şi stăpânesc compulsia cu folos.

Am mare avânt de încredere.

Îmi spun că am dreptate. Compulsia e parte nativă a fiinţei mele. Trebuie să am răbdare să conving şi agentul că aşa e. Şi să îmi mai dea câteva informaţii şi motive ca să-mi dirijez compulsia acolo unde vreau eu. Nu să mă strunească ea pe mine.

Am iar terapie. Încep prin a face o descriere a interacţiunii mele cu compulsia.

— Eu am aşteptări compulsive de atenţie necondiţionată din partea tuturor. Mă lupt cu ele, le trimit la plimbare, nu le dau voie cum aţi spune dumneavoastră.

— Starea de prezenţă contribuie la formarea unor aşteptări sănătoase.

— Da, îmi stăpânesc compulsiva nevoie de atenţie, ca să pot face lucrurile metodic.

— Perseverentul nu este neapărat o soluţie.

— Depinde. Ai nevoie de constanţă. Primul imbold este să acţionez în logica totul sau nimic. Perseverând în a-mi amâna intensitatea şi exagerarea ajung ca la final să iau mai multe şi mai intense.

— Logica extremistă e sediul amalgamului.

Zumzăia la amalgam ca un muscălău de gunoi la un tomberon plin într-o zi de vară. Nu mă las.

— Am renunţat la bâţâială dintr-odată. Un gest extrem, n-am luat-o treptat. E ăsta semn de amalgam?

— Ai renunţat la o compulsie, înlocuind-o cu alte compulsii.

— Nu doar la una… Mai e nevoia obsesivă de atenţie pe care o stăpânesc. Mai e tendinţa de a mă crede cea mai fraieră atunci când întâlnesc cel mai mic obstacol. O scot afară ca pe caca. Ce, mă face ea pe mine? Mă fac frate cu dracul până trec puntea… Am o mare voinţă de dezrobire. Pentru că am voinţă de putere şi dorinţă de a controla. Am realizat că prima chestie de făcut este să mă controlez pe mine.

— *Calmul, siguranţa şi încrederea ajută la construirea unor aşteptări sănătoase*.

— Păi fix astea mi-au cam lipsit. De aia am aşteptări proaste!

— Le poţi recadra.

Rânjesc parşiv la agent şi-i zic una ce-i imită discursul.

— Pot să fac o deconstruire a lumii aşteptărilor absurde din copilărie, nu? Nu se prinde de sarcasm şi scoate o perlă.

— *Procesele rezolutive sunt de ajutor în gestio*narea *absurdului*.

— Ce-i aia rezolutiv?

— *Procesul rezolutiv este un proces de rezolvare*.

— Aaa, păi fac asediu la compulsie, până mi se supune. Exact aşa cum vreau.

— *Potrivit e să ai aşteptări de diminuare până la comprimare a compulsiei*.

— Sună straşnic. Îmbracă bine ce am spus.

— *Poţi spune nu manifestărilor dezadaptative*.

— Şi mai ce?

— *Partea comprimată nu e semnificativă în orizontul existenţial*.

În capul meu îmi zic – ei pe dracu’! E semnificativă, doar n-o să-mi trimit la plimbare energia. Doar o meşteşugesc, o strunesc şi reformez după cum vreau. Adică o comprim după voinţă. Grăiesc altceva.

— Cum se face comprimarea?

— *Prin renunţare conştientă*.

— Sau prin folosire conştientă şi bună. Lasă că vedeţi dumneavoastră ce scot eu din compulsia mea! Oftează şi plimbă ochii. Se aşază mai bine în scaun şi mi se adresează autoritar.

— *Prelungirea manifestărilor egocentrice, adică acel mai mult decât e necesar pe care tocmai l-ai spus, duce la instalarea orgoliului*.

— Dacă ai voinţă înseamnă că eşti orgolios? Dacă din compulsie vine dinamismul meu, atunci trebuie să-l pun la treabă. Mult şi bine.

Iar oftează.

— *Compulsia e o iluzie a dinamicii. Pot diferenţia iluziile la care mă raportez*.

— Super. Cum?

— *Îmi văd raţionamentele, reprezentările şi aşteptările eronate şi incomplete*.

— Aha. Şi pe alea perfecţioniste. Ca în cele din urmă să îmi iasă aşa cum vreau. E lungul şi silnicul drum al detaşării de tot te-ai obişnuit să faci. E greu când vrei cu de toate! Şi nu-ţi ajunge mai nimic.

Ia o pauză. Plimbă niţel ochii. După care face ce ştie mai bine să facă. Mă vâră în postura de şcoler care trebuie să crească.

— Vio, *copilul se aşteaptă să fie iubit de toată lumea şi îşi refuză înţărcarea, se aşteaptă ca părintele să fie în permanenţă lângă el. El le vrea pe toate şi nu-i ajunge nimic*.

— Nu neapărat. Aşa fac şi adulţii năvalnici. Sau cei care vor să reuşească, să-şi depăşească condiţia.

— *Copilul îşi neagă creşterea crezând că poate rămâne à la longue în confort şi stază. E iluzia zonei de confort*.

Să ai pulsiunea de a controla, pentru că nu îţi ajunge ce primeşti, e o zonă de confort?!

— *E supra-controlul din teama de abandon*.

— Sau vrei control din dorinţa de a fi mai bun, de a fi diferit faţă de ceilalţi. Dacă aveam teamă de abandon, atunci mai făceam eu pe zbirul la grădiniţă şi le vânam greşelile? Căutam să fac doar ce voiam. Nu să mă conformez ca să obţin răsplata afectivă. Şi nu doar asta. De cele mai multe ori respingeam bondingul afectiv. E asta o frică de abandon?

— *A sta de-o parte şi a observa îmi oferă iluzia că sunt parte din grup şi contribuie la neîncrederea în mine. Nu e o integrare autentică în grup.*

— Se contrazice cu ce am spus. Dacă vânam greşelile grupului atunci se poate spune că mă credeam parte din grup? Nu. Îi dispreţuiam şi nu voiam să mă integrez. Mă plictisea. Şi sigur aveam ceva încredere în mine din moment ce aveam curajul să mă opun. Ba, mai mult, făceam de ocară membrii grupului, că nu sunt suficient de buni.

— *Diminuarea reprezentării şi căutării perfecţiunii e autentica deschidere către creştere.*

Entitatea terapeutică are scame pe creier. Iar eu sunt ciuca bătăilor schiloade ale sufletului său dornic de autoritate în faţa clientului. De aia scoate obsesiv la înaintare creşterea. Dacă zicea tărie de caracter în loc de creştere îi dădeam crezare. Să îmi zică de creştere, după aproape şase ani de terapie, e o neghiobie de viţă rară. Mă detaşez. Şi încerc să-i ajut domnia să-şi ducă braşoava până la capăt. Să se amuze şi sufletul meu niţel.

— Ok. Creşterea are nevoie de raţionamente, reprezentări şi aşteptări coerente. Care ar fi acelea?

— *Coerenţă, alchimizare, buna măsură.*

— Aha. Deci coerenţa e cea mai importantă. Şi la buna măsură cum ajungi?

10. A-ţi şti lungul nasului, rostul.

11. Şi la rostul acela cum ajungi?

— *Printr-o ajustare sistemică, făcând uz de răbdare, auto-observare, diferenţiere.*

6. Şi diferenţierea cum se face?

7. A lucra din perspective alternative pentru a le putea defini şi delimita.

8. Bun. Am lucrat din perspectiva clasică, a copilăriei. N-am făcut cine ştie ce tocăniţă cu ea. Din câte am observat m-am pus pe roate în registrul metaforic. Simbolic vorbind, călesc fierul compulsiei mele. Adică îmi călesc rezistenţa şi dinamismul care sunt în compulsie şi le dau o formă coerentă, utilă mie şi celorlalţi. Mă fac propriul meu Hefaistos. Şi aşa metalul îmi place mai mult decât lemnul. Ce părere aveţi?

8. E o altă reprezentare nepotrivită să te identifici cu un personaj masculin. E un lucru absurd.

9. E voinţa de fier un lucru absurd?

10. Orice lucru dus la extrem alunecă foarte uşor către absurd.

11. Ok. şi ce ar fi de făcut?

12. Poţi face un inventar al lucrurilor absurde.

— Absurd e că fac colecţii nu doar de lucruri, ci şi de interpretări. Absurd e şi că mă auto-limitez din frică. Din frică sunt eu o victimă.

Cu greu mă abţin să nu continui fraza. Să-i zic că din frică fac terapie şi înghit un discurs stupid despre abandon şi creştere.

Bine fac. Căci treaba cu victima pune entitatea într-o postură ce-i convine. Aceea de mesia al psihoterapiei ce îmi poate aduce creşterea şi vindecarea.

Scoate pe guriţă nişte explicaţii despre cum victimizarea merge mână în mână cu orgoliul. I le aprob şi se duce din proprie iniţiativă la absurd. Îmi spune că am capacitatea de a-mi gestiona lucrurile absurde.

La final îmi dă şi o temă. Ca să-şi confirme postura-i superioară de autoritate terapeutică.

Mă îndeamnă să văd *„cu ce se asociază lucrurile mele absurde, în ce situaţii se manifestă, ce beneficiu secundar aş fi avut, ce beneficiu aduce renunţarea”*.

E simplu, e voinţa de putere şi control, de avea cât mai mult posibil. De a acumula.

Absurdul apare atunci când nu pot lua ce vreau. Ca să panseze frustrarea. Absurd e şi atunci când apare frica. Frica de a da greş, frica de a nu fi suficient de bună. Ce să mai frica, ca trăire bazală.

Frica e absurdă şi de ea trebuie să scap. Ea mă face să am o compulsie absurdă. Dacă pun pe goană frica, atunci pot dirija compulsia aşa cum trebuie şi vreau.

Compulsia mea e cu un ochi la slănină şi cu altul la făină. Adică hrăpăreaţă. Ia tot ce poate lua. De la fiecare, în funcţie de cât poate da.

De la agent îmi mai luasem o doză de încredere în minte. Mă jucasem cu judecata-i beteagă şi voinţa de a fi o autoritate pentru mine. Suficient încât să realizez că era important să mă călesc. Adică să mă stăpânesc bine, ca să am încredere în mine.

Sau, din contră, eram garantat de proastă, nu vedeam că prezenţa entităţii îmi face un pocinog şi mai mare pe banii mei, mă cotonogeşte pe toate planurile – cognitiv, financiar şi emoţional. Orgoliul domniei sale mi se cocoţase în cap şi nu mai vedeam lumea cum trebuie.

Până la următoarea şedinţă chiar mă gândesc la fricile mele. Îmi dau seama că multe sunt întreţinute de agent. I le torn cu năduf.

— M-am tot gândit la lucrurile mele absurde. Primul e victimizarea. Nu am avut vreo traumă şi nu am fost privată de cele trebuincioase. Am insistat în zadar pe doliu şi pe Electra. Sau pe abandon. N-am găsit nimic revelator.

— Poate nu au fost îndeajuns lucrate.

— Vă rog! Haideţi să nu ne legăm la cap când nu ne doare. Problema e încrederea în mine.

— *Încrederea în sine e un tot unitar. Reziduul de abandon, suferinţa lui, o poate sabota. Apare o compulsie repetitivă la reasigurare pentru a elimina suferinţa.*

— Păi şi reziduul ăsta nu te face nedemn de încredere în sine? Cum dracu’ ai încredere în tine dacă tu zici că ai fost abandonat? Poate compensatoriu aşa, paroxistic, ca să faci în ciudă. Şi ieşi un psihopat.

— *Reziduul de abandon poate fi de fapt o auto-limitare*. *Abandon e doar la copii crescuţi de animale*.

— E nu zău? Şi atunci de ce am luat în braţe abandonul?

— Logica terapeutică necesită uneori intervenţii paradoxale.

— Aha. Păi ia mai faceţi una şi acum.

— *Ce elemente iraţionale şi absurde sunt în componenţa reziduului de abandon*?

— Haideţi că am priceput sistemul. N-am abandon sau altă jelanie din asta. Am însă o frică pustiitoare şi copleşitoare. Pe aia am tot interpretat-o în fel psihanalitic şi chip psihologic. Dincolo de toate explicaţiile bombastice e o banală frică. Cu dânsa m-am tot luat la trântă. Staţi aşa că o dezbrac cât ai zice peşte. Daţi-mi câteva momente.

Am un avânt de fier. Parcurg cu ochii minţii toate explicaţiile schiloade ale fricii. Frica nu are nevoie s-o explici. Ci s-o trăieşti până la capăt ca să o învingi.

Mă bag voit în cele mai negre frici ale mele. De la alea de întuneric şi duhuri rele din copilărie, la frica că voi ajunge un eşec uman. Sau că mă voi îmbolnăvi şi voi muri.

Fac mecanic o formă. Scriu direct pe ea. Nu mai bag ritualul cu întoarce foaia şi numerotează.

Mi-am simţit şi perceput frica de nenumărate ori. E lucrul care mă enervează cel mai tare la mine. Îi ştiu hâdoşenia şi suflul năprasnic. Care este absurd. Mai ştiu şi că primul impuls după ce apare frica este să mă înfurii. Să îi vin cumva de hac pericolului. Să-l fac una cu pământul sau să-l arunc în aer.

Iată FRICA, ultima frontieră a dezadaptării mele.

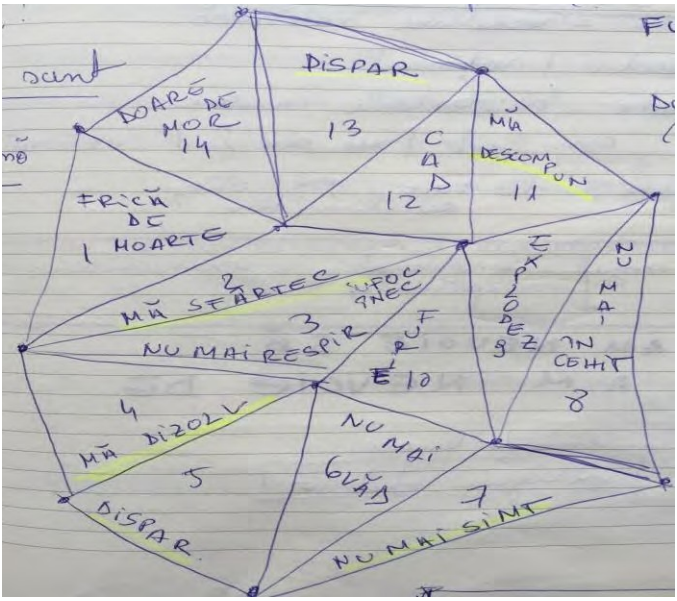


Figura 26. Dinamica fricii, ultima frontieră

Sunt mulţumită de ce am scos din mine. E eliberator. Mă simt mai uşoară şi mai cu zvâc. Mă uit la omul din faţa mea. Îmi vine să-i frig una pentru lipsa de competenţă.

De ce paştele mă-sii nu m-a îndemnat să mă duc în inima fricii de la bun început? Să o trăiesc în toată intensitatea ei pustiitoare. Ca să văd că de fapt frica nu îmi face nimic. Pentru că primul meu impuls este să extermin sursa fricii, să mă înfurii.

Nu-i scot în evidenţă închistarea incompetentă. Ci îmi argumentez cu calm şi diplomaţie părerea.

— Ia uitaţi ce am făcut eu aici. M-am coborât în însăşi Frica, sursa blocajelor şi dezadaptării mele. Îi întind agenda. O priveşte cu ochi mişcători de sfârleză.

— Vedeţi? Pot să intru în frică, să îi dau voie, cum aţi spune dumneavoastră. Până la capăt chiar. Am un tablou al deznădejdii anxioase.

— *Sugarul poate experimenta frica de moarte atunci când este singur*.

— Sigur, din frică de moarte oi fi început să mă bâţâi.

Şi cu abandonul cum rămâne?

— *Nu eşti o victimă a abandonului*.

— Aşa da, mai venim şi noi de acasă. Totuşi „frica de moarte” îmi dă percepţia că „mă sfârtec”, „nu mai respir”, „mă dizolv”, „dispar”. Ăsta e de două ori chiar la ce frică îmi e! „nu mai văd”, „nu mai simt”, „nu mai înghit”. Adică aparent mă blochează. Pentru că imediat „explodez”, intru în „furie”. Neavând un obiect pe care să îmi vărs furia, ea se întoarce către mine, „mă descompun”, „cad”, am senzaţia că „dispar”. Eu nu vreau să dispar, deoarece ştiu că atunci „doare de mor”. Aşa că o să mă lupt cu sursa fricii, premisa dispariţiei, a morţii până în ultima clipă. E mai puţin dureros să mor de gât cu sursa fricii mele decât să mă predau, să mă abandonez ei.

— *Există o dinamică între furie şi durere. Dar dorul, melancolia, depresia nu au legătură cu furia. Sunt doar dureroase*.

— Orice durere mă înfurie. Instant. Din oficiu. Înţelegeţi?

Mă uit fix şi pătrunzător în ochii entităţii. Îmi imaginez cum i-aş strânge grumazul până rămâne fără suflu. Să văd dacă la durerea unei morţi iminente răspunde cu furie. Suspectez că s-ar abandona. Ar capitula ca o gânganie prinsă sub papuc.

Clipeşte de mai multe ori şi grăieşte.

— Vio, înţeleg că te-ai lăsat absorbită de furia ta. E o diferenţă între oprirea în contemplare şi oprirea în stază.

— Poate de aia sunt o victimă, pentru că nu pot să ies din staza asta de rahat!

— A apărut o suprasaturare în neexprimare!

— Doamne iartă-mă! Da ce am făcu eu acum? N-am exprimat eu frica în toată complexitatea pe care o are ea pentru mine?!

— Care ar fi *lecţia acestui exerciţiu*?

— Că nu sunt o victimă. Şi că n-am traume stupide gen abandon!

— *E absurd să găseşti o traumă atunci când nu eşti o*

victimă.

— Mai că nu-mi vine să cred! La câte presupuse traume am lucrat noi până acum... Pare ireal că nevolnicirea mea nu există. Că scârba cea mai mare din mine, frica, e absurdă…

— Îţi poţi recadra sistemic afectivul şi raţionalul din perspectiva faptului că nu eşti o victimă.

— Cum?

— Reiei cadrele existenţiale în care ai fost sau nu ai fost o victimă.

Mi se pare incredibil ce îmi face entitatea. Îmi zice că nu sunt o victimă în timp ce îmi sugerează subtil că sunt. Cine ştie, poate o face în ideea intervenţiei paradoxale, ca să-mi verifice percepţia. Nu mi se pare corect, dar hai, treacă de la mine. Poate doar asta ştie să facă, psihoterapie post-traumatică. Hai să-i zic finuţ că nu-i de mine.

— Nu e o abordare cam complicată asta cu reluarea cadrelor existenţiale?

— Nu e nimic complicat. E nevoie doar să exprimi. *Spune*, *dă voie*, *ieşi din auto-limitare*!

Îmi notez în agendă şi plescăi a scârbă. Mai întâi îmi vorbeşte despre recadrare sistemică, după care o dă pe exprimare. Am parte de parodia unei terapii. Nu mai bine renunţ? Mai ales că am descoperit compulsia şi frica, cele mai mari cazne ale mele. Şi mi-am dat seama că dacă le stăpânesc cum trebuie pe ambele, atunci am mult dorita stare de spirit a stăpânirii de sine. Care este inima tăriei de caracter.

Nu am cum să-i zic entităţii că a venit momentul să-şi ia catrafusele şi să plece, încă nu am suficientă încredere în mine să mă revolt făţiş pe domnia agentului. Mai şi tânjesc idealist după o încheiere maiestuoasă a terapiei mele. Sper naiv, ca într-un fel sau altul să iasă bine. Nu conflictual.

Nu pot să accept că terapia din ultimul an fusese

inutilă.

La urma urmei agentul chiar avusese un rol mare în neutralizarea anxietăţii mele. Pentru că mi-am orientat mare parte din furie şi frică către domnia sa.

Îmi zic că o să fie bine în cele din urmă. Şi nu mă mai gândesc la nimic.

E iarnă şi frig. Deschisesem uşa de la balcon imediat după ce făcusem forma cu frică. Parcă aveam nevoie de un surplus de oxigen ca să-mi argumentez trăirea fricii. Poate o făcusem şi ca să câştig un avantaj în faţa agentului. Să mă ridic şi să-i tulbur niţel habitatul. Stătea la masă în faţa mea chiar lângă uşa de la balcon. Probabil percepeam inconştient că îmi arăt puterea prin gestul meu, îi subliniez că se află la mine în casă şi îi fac anatomia să se răcorească niţel.

Chestia e că mi se făcuse mie frig.

— Nu ştiu cât de avantajos este să mă descriu ca fiind în auto-limitare. Nu mai bine îmi zic că vreau mai mult de la mine? Că pot mai mult? Ca să nu mă reprezint ca o handicapată limitată ci ca un om care e capabil şi are nevoie să se extindă, să acumuleze mai multe experienţe…

În timp ce îi explic îi fac semn să închidă uşa. Se uită cu mirare la mine. Mai fac un semn. Scot şi un icnet.

— Ce vrei tu să îmi spui Vio?

— Că nu e bine să mă percep ca auto-limitată…

Îi mai fac un semn să închidă uşa. Şi aştept să îmi dea un răspuns la ce i-am spus.

— Ce vrei tu acum?

Arăt cu degetul către uşă şi îi fac un semn şi mai evident că trebuie să o închidă. Dau din palmă circular către afurisita de uşă.

— Exprimă-te. Ce vrei să spui?

— Nu se vede că vă rog să închideţi geamul? S-a făcut cam frig.

— De ce să foloseşti limbajul non-verbal pentru a exprima o nevoie? Dă-ţi voie cuvintelor! Ieşi din starea

copilului incapabil de limbaj articulat.

— Vă explicam ceva şi nu voiam să întrerup pentru o chestiune minoră ca închisul unui geam.

— De ce să te exprimi ca un copil care încă nu şi-a însuşit limbajul articulat? Vorbeam despre a-ţi da voie să ieşi din auto-limitare şi uite cum s-a strecurat insidios mecanismul de apărare.

— E o un fleac, să nu hiperbolizăm momentul.

— E un moment dăruit! *Spre a-ţi conştientiza blocajul emoţional şi exprimarea nevoilor*.

Mă cuprinde o vină enormă. Deci nu sunt în stare să mă exprim cum trebuie. E groaznic. Dar totuşi am mai lucrat pe exprimarea nevoilor. Taman ce îi făcusem agentului o radiografie a fricii mele. Pentru că voiam să o stăpânesc.

Înainte îi spusesem că am nevoie să îmi stăpânesc compulsia. Nu sunt de nimic. Ştiu ce-i de făcut cu mine.

Doar că agentul mă testează să vadă dacă mi-am însuşit ce trebuie. O să am răbdare să-i arăt că sunt bine şi că pot.

— Păi toată şedinţa asta am lucrat la nevoia mea de a-mi stăpâni frica. Am aflat că e absurdă. Nu e asta o deblocare? Nu mi-am exprimat eu nevoia?

— E nevoie să te exprimi articulat în toate aspectele cotidiene. Neexprimarea ţine acolo bine ipostaza de ţânc care nu are încă limbajul… E nevoie să lucrăm aspectele punctiforme ale existenţei. Să reiasă că s-a făcut un lucru de calitate, că avut loc o schimbare.

— Adică ce, eu sunt un copil incapabil să se exprime?

— E o faţetă ce se necesită a fi lucrată.

— Bine, gata sunt spăsită. Mai am remitenţe de infantil în mine. O să le pun pe goană. O să vedeţi că sunt în stare să mă exprim.

— E bine să ne departajăm de fricile infantile, de compulsii, să învăţăm să ne exprimăm. Nu să ne plângem că nu putem scăpa de ele…

— Consider că nu sunt chiar la genunchiul broaştei cu exprimarea asta. Altfel nu reuşeam să-mi pun toate simţămintele în toate jocurile astea pe care le-am făcut în ultima vreme.

Oftez. Mă simt la capătul răbdării. Nu mă încurajează în ce vreau şi mă face să mă îndoiesc de mine. Mi se pare că îşi face meseria de ruşine. În acelaşi timp îmi zic că oricum mai am dobândit încredere în mine. Şi ca să o obţin trebuie să fiu în stare să mă exprim mai bine. Dacă reuşesc să conving şi entitatea terapeutică de putinţa mea, atunci chiar că mai învinge câteva limite. Şi scap şi de handicapul dependent al terapiei.

Ce dracului, în opt luni aveam să împlinesc şase ani de când făceam terapie! Woody Allen, regizorul nevrotic, care se psihanalizase toată viaţa, nu era un model de succes după capul meu. Făcuse artă din nevroza lui. Lăudabil, dar asta nu îl făcea liber. Eu vreau să fiu liberă! Dincolo de tragi-comedia terapiei mele.

Agentul se leagă de oftatul meu.

— Oftatul e semn că interiorul tău răspunde la ceea ce lucrăm.

— Da. Zice că nu mai am mult şi mă fac un om demn şi respectat. Care e capabil să zică „am nevoie să”, „am nevoie de”.

Agentul îmi întinde mâinile să batem Cuba. Mă înveselesc. Îmi zic că în sfârşit înţelege că am făcut suficientă analiză şi nu mai am mult şi o termin. Dau să îmi susţin opinia.

— Păi asta cu exprimarea constantă a nevoilor ar fi cam ultima chestiune pe care o mai am de lucrat. Am făcut sute de ore de terapie. Mi-a crescut gradul conştiinţei de sine, am trecut prin mai multe etape de înmagazinare şi integrare.

— Am avut un lucru constant. Se vede cu ochiul liber implicarea ta din ultima vreme.

— Da, am intrat în esenţa relelor mele, frica. Şi am văzut că e absurdă, eu nu sunt o victimă şi nu am vreo

traumă…

— E necesar să aibă loc o integrare afectivă a lucrului. Să se revină sub formă de spirală asupra aspectelor trecute, să fie stabilizate…

— Compulsia a fost o chestiune recurentă. Am tot atins-o pe parcurs. Am pornit chiar de la compulsia mea de a mă bâţâi. Am învins-o. Mi-am explorat temeinic natura compulsivă. Mi-am văzut şi absurditatea fricii.

— Constanţa lucrului nostru a dus la aceste profunzimi.

— Da am realizat că nu sunt lucruri care să mă înspăimânte şi copleşească. Pot fi propriul meu stăpân. Am reuşit!

— Nu te îmbăta cu apă rece, egocentric. În continuare se necesită constanţa lucrului pentru a se ajunge la integrarea afectivă a tot ceea ce s-a lucrat.

E grotesc ce face agentul. Încearcă să-mi vâre parşiv în suflet ideea că asistenţa-i limitată e vitală pentru mine. I-aş spune proverbul acela cu raţa. Tu-mi spui mie că raţa-mpunge, când ea măcăie şi fuge?

Mă doare enorm că nu zice nimic despre finalizarea terapiei. Am percepţia că după luminata-i minte e nevoie să-mi iasă părul prin căciulă până să se întâmple. Eventual să aştept şi paştele cailor.

E revoltător.

Îi zic vreo două în mintea mea. Lasă că vezi tu ce integrare îţi fac. O să scriu şi cartea şi o să te pun şi cu botul pe labe. O să joci ca mine la final.

Mă simt întremată. Simt că voi putea scoate un bici din rahatul propus de domnia sa.

— Ştiţi, îmi dau seama că nu mai am vreo enormitate structurală de ajustat. Mai am doar de periat câteva aspecte ale exprimărilor mele cotidiene. Şi voi reuşi.

— Ar fi bine dacă nu ai mai scrie în agendă în timpul şedinţelor. Să fii în stare de prezenţă plenară.

— Staţi aşa, că mai e un pic şi vine şi momentul ăla. Acu 2 – 3 şedinţe mai facem cu nevoile. Apoi gata, le

reluăm liber pe toate. Integrez afectiv tot lucrul terapeutic.

Se învoieşte. Stabilim că vom continua lucrul la exprimarea şi integrarea nevoilor. Şi încheiem şedinţa.

Îmi zic că a înţeles ce vreau. Chiar şi dacă nu o să-mi strunesc vârtejul meu compulsiv până o să îmi dea ce vreau. O să câştig eu cumva lupta mută pe care o aveam cu entitatea terapeutică.

Nu degeaba reuşisem să-mi înţeleg mai mult de una singură două aspecte capitale ale fiinţei mele, compulsia şi frica. Mă simt aproape eliberată de terapie.

E 9 februarie 2015. Până în 15 februarie 2016, adică încă un an, m-am îndârjit să obţin confirmarea agentului, că nu aveam nevoie de serenisima-i prezenţă. A fost ca războiul rece.

Am dus tot felul de tratative, care mai de care mai frustrantă pentru mine.

Am scris şi această carte din perspectiva luminatei sale domnii. Am procedat ca un şef de cooperativă comunistă care încearcă să primească conducerea unui întreg raion prin scrierea unei laude adresate tovarăşului prim-secretar de partid.

Sau ca un puşcăriaş care vrea să fie izbăvit de detenţie prin compunerea unei cărţi în care elogiază conducerea ţării.

Am avut un an de caznă silnică, m-am umilit şi obidit de bunăvoie. Pentru că m-am comportat ca un vultur care aleargă după muşte. Vulturul nu prinde muşte.

Mi-am dezvoltat stăpânirea de sine şi tăria de caracter până să înţeleg.

În capitolul următor prezint cum am ajuns să mă lepăd de goangele terapiei.

Capitolul XX. Lupta finală.

Capitolul acesta era numit „nevoi exprimate şi integrare”. Voiam să demonstrez că făcusem o terapie bună.

Eram ca o găină care se fălea că a ouat o mărgică.

Când de fapt eram o vulpe chinuită de dorinţa de a avea strugurii acri de la entitatea terapeutică.

Însăşi fiinţa căreia îi plăteam serviciile era o acriturǎ. Şi-n port, şi-n vorbe. Nu accepta nici picată cu ceară voinţa mea de control şi putere. Iar eu mă căzneam ca neroada să o îndulcesc.

S-ar fi făcut de mare ocară în faţa lui Jung.

Acela fusese un om integru, care îşi respecta pacienţii. Spunea aşa:

„Eu voiam să dezvolt procesele de vindecare din personalitatea pacientului însuşi, şi nu din sugestiile mele şi din efectele lor pasagere. Voiam să protejez şi să menţin demnitatea şi libertatea pacientului, astfel încât el să-şi poată trăi viaţa din propriul impuls volitiv” (Jung, 2014, p 253).

Entitatea nu-mi respecta spiritul năvalnic, viclenia vulpească şi dârzenia lupească.

Nici eu nu-i respectam cea mai mare parte a competenţei profesionale. Luam doar mi se potrivea. Mă jucam de-a clientul care îşi testează permanent terapeutul. Îi pândeam orice mişcare. Ca să mai obţin câte un imbold benefic mie, câte o informaţie interesantă. Sau să mă mai râd în sinea mea de scârnăvia închistată pe care o observam. Eram un saltimbanc sărman şi singur.

Degeaba spionam momentul în care aveam să fiu izbăvită de simulacrul meu de terapie.

În van voiam să scot şi untul din domnia terapeutică. Să simt că i-am epuizat uriciunile din cutia psihologică pe care o avea în dotare.

Domnia şi prostia se plătesc. Adică domnia agentului şi prostia mea de a încerca să închei terapia magistral, cu un sens aparte şi o carte.

Cutia agentului era precum Cutia Pandorei. Erau acolo toate relele.

Cruzimea de a-mi fi înaintate tehnici care nu mi se potriveau şi mă făceau să mă îndoiesc şi mai tare de mine.

Aroganţa unei competenţe terapeutice limitate.

Suferinţa ce îmi era prezentată drept metodă de primenire a sinelui. Durerea de a nu fi înţeleasă şi apreciată pentru ceea ce eram.

Vanitatea dezvoltării emoţionale. Lăcomia cu care se agăţa de bani. Gelozia pe pofta mea de viaţă.

Ura ce voia să mi-o inoculeze faţă de vâna mea instinctivă.

Pofta trupească pe care mi-o condamna. Şi o asocia complexului Electra. Bolile tatălui pe care mi le ridicase în slăvi drept sursă a suferinţei mele Lenea de a-şi face un cabinet şi a nu mai face terapie la domiciliul clientului. Tristeţea în care mă încurajase să intru cu multă poftă.

Teama de a nu fi suficient de bună pe care mi-o favoriza parşiv. Înşelăciunea şi subjugarea la care mă expunea prin discursul neghiob. Moartea pe care mi-o punea în braţe prin doliul netrăit.

Le consumasem pe toate. Mai era Speranţa.

Pe ea n-o epuizasem. Speram să închei demersul frumos.

Adică să obţin o confirmare amplă, care să-mi umple sufletul bine, să-mi iau încrederea în mine. Să simt că am câştigat lupta cu agentul şi să rămân în relaţii bune cu domnia sa.

Aşa că mi-am făcut o injecţie cu răbdare după şedinţa în care mi-am pus pe tavă frica. Şi am luat şi o supradoză de determinare în a-i veni de hac agentului. Ori avea să cedeze din proprie iniţiativă. Ori avea să-mi aplaude cartea. Mi-am pus în suflet să-mi rabd cazna până la capăt.

Preţ de două şedinţe am lucrat la necesitatea de a-mi exprima nevoile.

Mi s-a spus că am *blocaj comunicaţional şi îmi prelungesc economicitatea infantilă*. Am subliniat iar tot ce

realizasem cu mine în ultimii ani. Am pus accent plăcerea mea de a scrie şi formarea în diplomaţie pe care o urmam.

Erau ele dovezi ale lui blocaj?

Mi-a zis că sunt reactivă. Iar reactivitatea implică pedepsirea mea şi pedepsirea celorlalţi.

Nu m-am dat bătută, am vorbit despre mari personalităţi ale lumii care au fost împotriva curentului. A ajuns să-mi zică cum limita poate fi preschimbată în calitate.

Şi că orice dificultate este un prilej de lucru.

Da, necazul terapiei mele tălâmbe îmi creştea încrederea în voinţa mea de control şi putere.

M-am delectat cu insistenţa agentului de a mă face să nu mai scriu în agendă. I-am explicat cum obiceiul meu depăşeşte cu mult limitele unei terapii normale. Da, voiam să deformez puţin sistemul, făurind o cronică a terapiei mele realizată în incinta domiciliului meu.

A înghiţit în sec. Domnia sa venise de la bun început la mine acasă.

Nu s-a lăsat. A încercat să-mi sugereze că metoda mea ar favoriza o creştere forţată.

Cică *„vreau să cresc mare cât mai repede, ca să mă ridic la nivelul aşteptărilor adulţilor, şi anume să fiu imediat ca ei, mare şi responsabilă”*.

Parcă voia să mă facă şi mai dependentă de autoritatea-i parentală.

M-am simţit stimulată să citesc nişte Eliade cu Arta de a muri, să prind curaj în a-mi omorî dependenţa de terapie.

Eliade scria despre angoasa morţii, omul modern vede moartea ca un sfârşit absolut.

Moartea este percepută ca absurdă şi inutilă, îi aparţine neantului, în faţa căruia omul modern este paralizat.

Eliade opunea acestei percepţii perspectiva arhaică. Pentru omul arhaic angoasa cunoaşterii morţii este legată

de „experienţa lui fundamentală, experienţa lui decisivă care l-a făcut aşa cum e, om matur, conştient, responsabil; care l-a ajutat să depăşească copilăria, să se dezlege de mamă şi de toate complexele infantile” (Eliade, 1993 a, p 92).

Angoasa era corelată cu iniţierea şi erau date exemple de iniţiere a tinerilor prin expulzarea lor ritualică din comunitate, trimiterea lor în neant – în pădure, junglă sau chiar îngroparea lor de vii, pentru a se întoarce înzdrăveniţi şi maturizaţi, adulţi.

Trimiterea lor în „neant” simboliza moartea vechiului lor mod de existenţă (copilăria), pentru a putea accede la un altul (maturitatea).

— Am gândit la procesualismul terapiei. Aveam să îl omor ritualic prin scrierea unei cărţi despre el.

Proces ce avea să fie ca o îngropare de vie a fiinţei mele. Odată terminat aveam să obţin izbăvirea de copilăria şi complexele infantile inoculate şi asistate de limitata entitate.

Am prins zvâc de încredere. Am amânat terapia preţ de două săptămâni, aveam al doilea modul de evaluare la Institutul Diplomatic.

Aşa mi-am dat seama că încă nu am dorinţa de a-mi onora ţara.

Termin cu examenul. Vreau să reiau scrierea cărţii mele despre terapie. Citesc cele 108 pagini pe care le aveam. Mă ia disperarea şi îndoiala de sine.

E un vălmăşag sinistru ce redă discursul agentului. Nişte pagini bune de aruncat la gunoi.

Nu se poate!

Scot eu ceva din ele! O să fac pe dracul în patru, mă detaşez, mă disociez, mă fac din lup căprioară, îi dau orbeşte înainte. Nu admit adevărul că erau pline cu explicaţii dezlânate şi psihologie ieftină. Îmi zic că o să nasc o tragi-comedie plină de pilde.

Intru iar în iluzia desăvârşirii şi încerc să-mi iau vână pentru a-mi căca opera aberantă. Încep să vorbesc obsesiv

la terapie despre obiectivul încrederii în propria persoană.

În acelaşi timp readuc în prim plan primul an de terapie. Mi se spun nişte prăpădenii şi mai mari ca la început.

Cică *„măscăriciul ca rol este schizoid, schizofrenic, non-empatic, îşi neagă condiţia umană, are blocaj, negare şi comportament anacronic, hilar”*. Mă dau pe brazda schizoidiei, îmi asum că am fost măscărici schizoid. Aflu că mai am reziduuri şi *„soluţia e să pun în cuvânt schizoidia mea, astfel rezolv clivajul între raţional şi emoţional”*.

E o deşertăciune sinistră. Paradoxal îmi dă încredere că îmi pot continua scrierea cea bolnavă. Cine ştie, dacă pun în cuvânt haosul fără a-l discerne reuşesc miraculos să mă scap de el.

Şi dacă nu izbândesc, măcar las în urmă cazna zadarnică a unui inadaptat.

Chiar am un mare conflict sufletesc. E între realitatea batjocurii terapeutice şi aşteptarea idealistă că voi transforma necinstea în virtute.

Cum?

Nu am nici cea mai vagă idee.

Mă dau bine pe lângă agent, îi încurajez discursul fără să i-l mai răstălmăcesc. Doar – doar să-mi dea indirect un imbold ca să mă apuc iar să scriu.

Înghit că *„mecanismul intermediar între frică şi alegerile făcute distorsionează emoţia brută şi e identificat, se dă la o parte rezistenţa, fac alegerea potrivită, cea a coerenţei emoţionale”*.

E o trăsnaie abjectă. Orice emoţie e brută şi coerentă. Chiar dacă apare concomitent cu altele. Ştiu ce înseamnă coerenţa pentru mine. Să duc la bun sfârşit orice încep, să nu mă dau bătută. Nu e o emoţie, ci o atitudine.

După ce aflu iar că *am amalgam între tristeţe şi bucurie*, simt că mă umplu de furie şi vână. Mă apuc iar să scriu. Compulsiv şi fără critică.

Spre exemplu, iată un fragment din capitolul VIII Nostalgie şi reverie:

La acea vreme nu dispuneam de capacitatea de a putea intra plenar în lumea trecută a copilăriei. „Încercam apa cu degetul” – a se vedea prezentarea feluritelor fapte din copilărie drept „ciudăţenii” – nu retrăiam momentele în totalitate, ci le treceam printr-un filtru raţional tributar mecanismelor de apărare (fugă de emoţie, responsabilitate şi asumare). De ce îşi construiesc oamenii mecanisme de apărare? Pentru a evita suferinţa.

Prezentam pompos ideile entităţii terapeutice.

Scriu neobosit, fără să recitesc sau să mă întreb ce voiam eu de fapt de la terapie în anul 2010.

Povestesc cu afectare despre cum „îmi repoziţionez munca lucrului cu sine”. E o minciună atât de mare încât imediat după ce o zic încep să mă plâng de frica că nu scriu bine.

Agentul mă sfătuieşte *să folosesc cuvintele potrivite*, *să mă exprim*.

— Am cum. Nu pot să-i satirizez cea mai mare parte a muncii pe care o făcuse cu mine. Sper candid că vom încheia demersul în relaţii de colaborare şi pace.

Îmi imaginez cum termin cartea, sunt felicitată şi mi se spune că nu mai am nevoie de terapie.

Mă simt bine în această fantezie, dar nu împăcată şi împlinită. Suflul imaginaţiei mele se duce mai departe. Încep o nouă carte, o oglindă răsturnată a primei, în care arăt adevărul gol-goluţ al procesului meu. Dincolo de jargonul psihologic şi rahatul lui sforăitor şi prăpădit.

Fatntezia se duce şi mai departe. Mă văd cu ambele cărţi publicate. Prima are un impact modic. A doua stârneşte controverse iar entitatea mea terapeutică ajunge să se învinovăţească pentru lipsa de înţelegere pe care mi-a arătat-o. Îşi asumă competenţa limitată şi îmi cere iertare pentru toate necazurile pe care mi le-a pricinuit. Iar eu, om demn şi cu tărie de caracter, nu doar că iert, dar şi mulţumesc pentru dificultatea în care m-a pus, căci a fost motiv de călire şi extindere.

Oaiii! Mă simt fantastic în fantezie. Cum ar fi ca ea să

devină realitate?

Prind un elan teribil în a-mi continua scrierea. Ce dracu'? Mai întâi trebuie să termin varianta domoală pentru ca apoi să ajung la cea care îmi este caracteristică. Dură, acidă, dar în acelaşi timp sensibilă şi gingaşă.

Fac disociere nebună. Continui terapia, povestesc de visul cu apa neagră. Mi se spune că *apele tulburi solicită reaşezare din perspectivă emoţională*.

Apoi mi se vorbeşte iar de *amalgamul dintre principiul plăcerii şi bucurie*. Mai zice şi că *bucuria are ceva din principiul plăcerii dar nu îi este subsumată, este o stare sintetică*.

E o nătângie obraznică. Tot domnia agentului îmi spusese cu ceva vreme în urmă că principiul plăcerii este punctul originar al bucuriei. Premisă cu care am fost de acord.

Ca să scap de tensiunea furiei pe neghiobia agentului scriu compulsiv mai tot ce îmi spune în agenda mea.

Se revoltă, îmi zice obsesiv că *e ne-necesar ce fac*.

Bag şi eu obsesiv discursul cu atenţia şi necesitatea stabilizării şi integrării.

După care îi dau cu disperare despre cum vreau eu să obţin ce îmi doresc, reuşită, respect şi scriere bună. Evident că îmi subliniază că nu-i bine să fiu în tensiune. Iar eu zic cu năduf că vreau împăcare cu sine.

Reuşesc să inflamez agentul. Îmi ţine un discurs despre cum *„împăcarea cu sine este o condiţie sine qua non a maturizării şi pot ajunge în ipostaza de rebel cu rost care se detaşează de chingile transgeneraţionale"*.

Mă lasă rece. Încep să-i zic iar de ce făceam în 2010, cum exploram lumea copilăriei prin întrebările ce îmi veniseră în minte pe marginea biografiei lui Jung.

Insistă *că trebuie să am o coerenţă între ce spun fac şi simt*.

E chiar nostim să mă aud cum îi aprob comentariile despre chingi în condiţiile în care percep că cea mai mare chingă a mea, de care nu mă pot lepăda, e însăşi terapia.

Pesemne că îmi simte dispreţul. De aceea insistă că a venit iar momentul pentru o şedinţă maraton, de patru ore, necesară *„în a-mi stabiliza şi integra conţinuturile necesare existenţei unei coerenţe între ceea ce spun, ce fac şi ce simt, pentru a ajunge la o fluiditate a dinamismului, a împăcării cu sine şi a iubirii”*.

Face gogoriţe complexe şi iubăreţe cu mine.

Mă învoiesc. În ideea de a-i observa temeinic stilul, pentru a-l putea reda mai bine în carte.

Am parte de patru ore de scălâmbăiată cu starea de prezenţă, curgere şi fluidizarea emoţiilor. E o închistare epocală, de ambele părţi. Îi încurajez toate explicaţiile. Le şi notez.

La un moment dat îmi zice de *„necesitatea de a ajusta intensitatea şi contextul în care plasez emoţiile, să le relativizez în semnificare”*.

N-am cum să mă abţin să nu-i zic că îmi pare un procedeu dificil şi am nevoie de o motivaţie, de un obiectiv clar întru a o face. Desigur că mă invită să caut unul.

Vorbesc puţin de demnitate şi respect, apoi de spiritul meu năvalnic, instinctiv, căruia i-aş putea ajusta intensitatea după voinţă.

Îmi spune că gestionarea părţii instinctuale ne face să fim oameni.

— Adică trebuie să mă îmblânzesc?

— *E un absolut al cuvintelor, ce sunt eu fiară*? *Mai avem de lucru pe imaginea de sine…*

— Desigur. Dar mi-ar fi de mare ajutor să am o radiografiere a funcţionării afective. Ca să ştiu de unde pornesc când ajustez. Cum stă treaba cu afectele, emoţiile, sentimentele, pasiunile?

În sfârşit îmi prezintă didactic, ceea ce ar fi trebuit să îmi spună de la bun început.

Afectul are o durată îndelungată. Exemple de afecte: încredere / neîncredere, iubire /ură, ataşament / dependenţă.

Emoţia are o durată mai scurtă, câteva minute.

Exemple: *bucurie*, *tristeţe*, *furie*, *exuberanţă*, *sublim*.

Dispoziţia implică asocierea constantă a emoţiilor cu anumite percepţii. *Exemplu*: *melancolia este o tristeţe asociată cu reflectări*.

Dispoziţia prelungită poate să devină o trăsătură de caracter. *Caracterul este dobândit*.

Temperamentul este înnăscut, dar educabil.

Sentimentele au la bază un proces afectiv superior, care are o durată mai lungă în comparaţie cu emoţia. *Au o procesualitate tipică – creştere, platou şi descreştere*. *Sentimentele derivă din afecte asociate cu valori specifice – umanitare, estetice, religioase, romantice, războinice* etc.

Pasiunea este un proces afectiv superior care poate dura toată viaţa.

E o schiţă bună a dinamicii emoţionale. Putea să mi-o fi spus în momentele mele de mare restrişte, când mă dădeam de ceasul morţii pornind de la incompetenţa mea emoţională.

Şi eu aş fi putut să înşfac un manual de psihologie şi să-mi rezolv nedumerirea.

N-am făcut-o, din voinţa bolnavă de a verifica şi învinui permanent agentul. Aşa că să pun mâna să-mi duc joaca până la capăt…

Mulţumesc pentru prezentare şi încep să vorbesc cu înflăcărare despre pasiune.

Îi zic că nu poate fi explicată doar în termeni abstracţi. E în primul rând simţită, e forţa cea copleşitoare care te mână înainte indiferent de circumstanţe. E ca atunci când rămâi fără o mână în câmpul de luptă, dar continui să ţinteşti şi baţi cu cea care ţi-a rămas. Sau faci ca pianistul Wittgenstein. Rămas fără o mână în urma primului război mondial i-a cerut compozitorului Ravel să îi creeze o partitură care să poată fi interpretată doar cu mâna stângă.

Agentul îmi ascultă avântul dogoritor. După care încercarea să mă doboare. Îmi sugerează *că sunt în registrul coleric, am impetuozitatea emoţiei*.

Pac mi se leagă 100.000 de mii de sinapse. Am fugă de idei. Tocmai îmi fusese zis simplu, într-un cuvânt ce sunt. Impetuoasă. E focul meu viu. De aceea îi şi este aşa de greu agentului să mă înţeleagă. Mi-am stăpânit magistral focul de-a lungul terapiei. Şi am tot făcut-o şi în viaţa de zi cu zi. Dintotdeauna. Mi-am consumat pornirile năvalnice în fantezii. M-am bâţâit ca să scap de pulsiunea permanentă de a face ceva.

Mi se derulează sute de imagini şi senzaţii în minte. Pic în reverie.

Agentul începe să-mi explice *cum e necesar să găsesc şi forma relativă a impetuozităţii emoţiei*.

Vinde castraveţi la grădinar. Nu-i vorba de relativizare. Ci de stăpânire. Atât. Cel puţin în cazul meu.

Mă stăpânesc să nu-i zic de dulce. Şi ca să fac asta nu relativizez nimic. Furia şi dispreţul meu sunt tot acolo, tot intense şi copleşitoare. Doar că am capacitatea să le ţin în frâu. După dorinţa mea. Pot să mă bag în ele voit. Să mă şi scot voit.

Tac în continuare, mă acaparează argumentaţia din propria-mi minte. Agentul continuă. Zice una şi mai seacă.

Cică *în relativizarea impetuozităţii nu e vorba de reprimare, ci de gestionare*.

Îmi mai scuipase gestionarea de nenumărate ori. Inclusiv în acea şedinţă.

Şi realizasem de una singură că tot stăpânire de sine se cheamă. Făceam ceva pe termenii palizi, şterşi şi lipsiţi de strălucire pe care îi folosea, dar voiam să îi bag cu asupra de măsură în scrierea mea.

Aşa că hai să mă mai antrenez un pic. Până la sfârşitul celor patru ore am discuţii gângave despre *dragul de a face lucruri cu rost*, *deprinderea de a exprima emoţii* şi *semnificarea potrivită a spectrului emoţional*.

Dobândisem o certitudine. Dacă voiam gratificarea şi confirmarea agentului, atunci trebuia să folosesc nişte cuvinte serbede, slabe şi difuze. Poate de aceea şi fusese o cazană să dobândesc o conştiinţă a persoanei mele.

Pentru că entitatea era o momâie psihologică. Mă învăluise cu umbre ciuruite ale intensităţii şi banalităţi anoste. Eu voiam excepţionalul şi spiritul vârtos. Să mă fac un titan de oţel. Care uneori, la nevoie, poate avea gingăşia unei păsări colibri.

Mă prinsesem. Aveam să-mi arăt vâna profundă, ascuţită şi fierbinte abia după ce aveam să-i livrez ceva pe limba sa. Adică plicticos şi monoton.

Mă pun pe scriere. Mai am un pic şi termin cu nostalgia şi reveria. Mă folosesc de cuvinte intense în a descrie ce eram. Apoi torn cu nemiluita argumentaţii prăfuite despre cum terapia m-a îndreptat pe făgaşul firesc al bunei cuviinţe şi potrivitului.

Îmi mai confirm pentru a o mia oară că entitatea terapeutică îmi dă aceleaşi reprezentări şi idei. De ani de zile.

Râd în sinea mea. Îmi zic că dacă o să şi le vadă puse pe hârtie, atunci o să-şi dea seama de monotonia şi repetitivitatea propriului stil terapeutic.

Ajung la partea cu jocurile copilăriei. Mă apuc de Capitolul IX Depăşirea de limită. Dau peste visul pacientului lui Jung.

Mă cuprinde o groază sinistră că voi face psihoză dacă mai continui cu cartea scrisă în stilul agentului. Mă voi depersonaliza şi mă voi pierde.

Îmi găsesc rapid o ocupaţie care să mă aducă cu picioarele în realitate. Mă apuc de şcoala de şoferi. Terminasem modulul de formare în diplomaţie. Rămăsesem cu o mică perspectivă ca poate la un moment dat voi ajunge şi să lucrez într-o ambasadă.

Cam pentru orice post din ambasadă ai nevoie, printre altele, şi de permisul de conducere.

Mai începusem de două ori cursurile de şoferie pe când aveam 19 ani. Renunţasem pe la jumătatea şedinţelor. Invocasem un motiv relativ perfid, că nu îmi place să conduc. Când de fapt îmi dădusem seama că mi se duce atenţia după cai verzi pe pereţi. Şi eram un pericol

pentru mine şi ceilalţi participanţi la trafic.

Senzaţia dată de stăpânirea maşinii evident că îmi plăcuse.

Iau instructor, iau cazier, încep să mă duc la cursurile de legislaţie.

Încep să mă plâng la terapie de frica lipsei de atenţie pe care o avusesem în tinereţe. Povestesc despre cum mi se băga teama în suflet în copilărie şi mă simţeam neajutorată pentru că toată lumea mă îndemna la prudenţă.

Solicitam un imbold către tărie şi curaj.

Agentul înţelege altceva. Cică *mă luptam să îmi asum independenţa*. Îmi zice şi că *la mine independenţa are baze şi e construibilă*. Îi cânt în strună. Mai ales că îmi zisese obsesiv de independenţă pe tot parcursul terapiei.

În sinea mea ştiu însă că aş fi nerecunoscătoare dacă aş zice că nu avusesem independenţă.

Mă lăsaseră mai mult singură la mare de când aveam nouă ani. Îmi dădeau bani pe mână. La 10 ani străbăteam de una singură oraşul cu transportul în comun. La 11 ani găteam mâncăruri complicate asistată doar de ochii pisicii. Nimeni nu-şi punea problema că o să-mi tai degetele sau voi da foc la casă.

O făcuse mătuşa, Tanti Carmen, odată când venise la noi şi eu făcusem cafeaua pentru toată lumea. Se impacientase că o să mă frig. Fusese luată la mişto de ai mei părinţi.

În liceu nimeni nu mă forţase să-mi aleg filologia. O alesesem eu pentru că era mai uşoară. De la 15 ani nu mai aveam ore de venit acasă. Totul era să îmi anunţ părinţii dacă lipsesc. Şi să nu le tulbur somnul dacă vin în miez de noapte.

Deci e lipsit de valoare ce spune agentul.

Revin la frica mea că nu sunt suficient de atentă. Mă înfurii pe mine şi pe anxietate. Zic că vreau să fiu în stare să am atenţie şi concentrare de şofer bun.

Mi se atrage atenţia că m-am înfuriat. Apoi mi se

explică că furia e o stază.

Scriu în agendă. După care insist iar pe neîncrederea în capacitatea mea de a fi atentă la volan. Aşa aflu că *deprinderea de a dărui stabilizează încrederea în propria persoană*.

Da, eternul fix al agentului cu darurile. Îi joc hora dăruirii, vorbesc de dăruirea atenţiei de mine către mine.

Agentul mă asigură că are încredere că voi reuşi.

Normal, vorbisem în limba închistată a domniei sale.

După ce încearcă să-mi dea încrederea, zice *să-mi dăruiesc atenţia şi concentrarea şi să nu mai scriu în caiet în timpul şedinţei*.

Notez fix ce zice. Rânjesc. Şi îi promit că nu o să mai fac.

Îmi propusesem să o termin cu terapia până ajung la jumătatea agendei.

Plus că ce dracu' să mai scriu? Aceleaşi pămpălisme fade cu care mă războisem de ani de zile?

Oricum urma să vină o perioadă agitată cu multe ore de conducere. Sigur aveam să-mi consum tensiunea la terapie.

Apoi urmau vara şi vacanţa terapeutică. După ce îmi luam carnetul speram să revin la carte. Eventual să o dau gata până îşi termină entitatea concediul.

Prin urmare chiar fac terapie fără să mai scriu în agendă.

Orele de conducere sunt un infern. E un chin lipsa mea de atenţie. Dar şi faptul că instructorul nu-mi permite să merg cu viteză şi să parchez după capul meu şi nu după regula celor trei mişcări.

Başca frustrările că nu îmi ies manevrele cerute din prima. Mă îndoiesc că sunt capabilă să le fac vreodată.

Sunt pusă faţă în faţă cu respectarea unei autorităţi şi a unor reguli clare.

E oribil. De multe ori mă simt total lipsită de vlagă după 90 de minute de condus.

Mă apuc să fac şi chestionare. O altă nenorocire scârboasă. Mă ia somnul după 2 – 3 chestionare. Dorm, după care o iau de la început.

Mă plâng la agentul terapeutic. Îmi prescrie starea de prezenţă. Insistă pe capacitatea de a mă gestiona (controla în limba mea), ieşirea din furie şi renunţarea la aşteptările perfecţioniste.

Îmi place premisa controlului.

Vreau să o extind. Recitesc visul pacientului lui Jung. Tot nu-mi pot controla ideaţia că voi „da în primire". Mai ales că şi în 2010 avusesem o reacţie la vis. Mai slabă, dar o avusesem. Agentul insistase atunci că reacţia mea la vis era *proiecţie a fricii mele de a-mi asuma şi a deveni, de a* trece *peste conţinuturile infantile*.

Am înghiţit gălușca competenţei limitate şi am mers mai departe cu joaca mea. Nu mai pot să o fac şi acum. Am senzaţia că terapia mă poate duce într-o psihoză. Îi zic entităţii, îi citesc şi visul.

Îmi argumentează că reacţia mea invită la *o relativizare a conţinuturilor infantile*.

Tot acolo rămăsese.

Fac dramă mare că am psihoză. Îmi explică nu a observat vreodată tendinţe psihotice în mine. Mi-o şi garantează.

Nu cred. Încep să vorbesc de schizoidia măscăriciului, pe care mi-o înaintase cu câteva şedinţe în urmă. Zice că e doar o revoltă. La fel ca reacţia mea la vis, *care e o revoltă împotriva premisei relativizării conţinuturilor infantile*.

Pun pe răboj lipsa mea de încredere în mine ce ar putea proveni dintr-o personalitate nediferenţiată, ca cea psihotică.

Agentul se înflăcărează niţel că nu am aşa ceva, îmi dă asigurări emoţionale umflate şi calde. E plăcut să aflu că are încredere în integritatea personalităţii mele.

O las moartă cu psihoza. Pe 4 iunie am examenul pentru testarea cunoştinţelor teoretice, sala.

Fac chestionare compulsiv. Mă simt total lipsită de energie şi putinţă de asimilare a legislaţiei rutiere.

Mă vaiet la terapie de lipsa mea de zvâc. Am impresia că îmi apăruse de mai demult. Exact atunci când renunţasem la scriere din cauza visului.

Iar mă plâng de psihoză, iar primesc reasigurări.

Bun, dar tot am momente în care sunt total lipsită de zvâc şi energie. Ceea ce este atipic pentru mine.

Însă moleşeala îmi dispare instant atunci când e să merg la câte un chef, sau orice altceva asociat cu excesul şi intensitatea. Atunci lipsa de zvâc şi energie dispare ca prin farmec. Ajung la concluzia că sunt molâie şi fără râvnă atunci când trebuie să mă supun lucrurilor cu rost, logicii bunului simţ.

Îi zic şi agentului.

E de părere că am intrat în *stare de cocon*, în care integrez firescul lucrurilor, încep să am o dinamică emoţională firească, dincolo de exagerări. Mă acomodez cu logica bunului simţ. Plus că e posibil ca interiorul meu să pregătească ceva.

Da, îmi vine să-i zic că fix o psihoză. Sau că redarea parcursului terapeutic cu cuvintele propriei sale domnii e fără de intensitate şi plăcere şi de aia mă ia somnul.

La fel şi în cazul legislaţiei rutiere. Mă plictiseşte crunt.

Ţin morţiş să iau carnetul. Aşa că o să fac chestionare până voi lua punctaj bun, indiferent de psihoză sau cocon.

Şi îi fac agentului capul baniţă cu frica mea de examinare. Mă încurajează. Îmi vorbeşte despre perfecţionism şi tensiunea pe care o aduce. Mă îndeamnă să mă relaxez şi să mă focusez pe ce am de făcut.

E 1.06.2015. Mai am trei zile până la examen.

La sfârşit de şedinţă, după ce entitatea îşi mută anatomia în afara casei mele, notez ceva în agendă. Ceva ce discutasem şi cred că îmi va da anduranţă în a sta cu orele pe afurisitele de chestionare.

Fiecare om tinde către mai bine, mult mai bine, dar perfecţiunea nu o atinge niciodată. Nu are cum.

Tensiunea dintre eşec şi perfecţionism duce la blocaj.

Chiar mă mai uit pe însemnare când şi când. Şi îmi mai dă câte un mic zvâc să mai rezist. Am examenul şi iau 26 de puncte din 26.

Mă simt bine. Numai că urmează ceva şi mai rău, traseul, examinarea practică.

Fac ore de condus şi încerc să-mi iau gândul de la un posibil eşec. Revin la scrierea mea. Mai citesc o dată visul. Tot mi-e frică că fac psihoză.

Acolo era un om normal care voia să se facă analist. Jung realizase că normalitatea individului era o supracompensare a unei psihoze latente. Aşa că şi-a respectat pacientul şi l-a ajutat să dea uitării tărâmul psihanalizei.

Dacă voinţa mea de control şi revolta erau supra-compensarea unei psihoze latente? Şi insistenţa entităţii ca eu să renunţ la excese şi intensitate avea să o declanşeze?

Îmi expun oful la domnia sa. Zice iar că frica mea de vis şi psihoză ascunde o frică de devenire.

— Păi şi cu revolta ce fac? E esenţa sufletului meu! Dacă o înlătur atunci mă pierd. Şi chiar că o dau în primire.

— Există rebelul adaptat.

— Da, da se implică. Şi eu mă implic total cu orele astea de condus. Şi pe degeaba, tot mă enervează regulile şi tot mi-e frică. E o caznă enormă!

Dacă mă implic nu mai resimt tensiunea reproşorului şi a aşteptării.

Pe naiba! E o luptă arzătoare cu obişnuinţa mea de a încerca să deformez regulile, să mi le supun. Aici, cu şoferia nu am cum. Legislaţia rutieră e literă de lege, n-ai cum s-o fentezi sub nicio formă. Dacă trec de asta atunci chiar că mă pot juca în voie cu regula. Pentru că am reuşit să mă şi împrietenesc cu ea.

Oftează şi plimbă ochii.

Interiorizarea regulilor contribuie la dezvoltarea personalităţii, la încrederea în sine.

Oribil! Păi vedeţi de ce mi-e frică de psihoză? Pentru că eu percep regulile ca pe o cuşcă a interdicţiilor care fac spiritul să fie lipsit de libertate.

Putem lucra această cuşcă a interdicţiilor.

Aha. Păi sunt alea cu „nu te obosi”, „ai grijă să nu te îmbolnăveşti”. De care scăpam prin revoltă. Făcând în ciudă. Aşa obţineam o confirmare a putinţei mele. Că vedeam că nu obosesc şi nici nu mă îmbolnăvesc dacă fac curat stând în curent. Sau dacă mă culc târziu, mă trezesc devreme şi nu dorm nici la prânz. Şi mai apoi dacă pierd nopţile şi beau mai mult decât majoritatea din jurul meu. De aia cred că am şi moleşeala asta acu. Pentru că mă străduiesc ca nebuna să mă conformez normalităţii. Şi cu cât fac mai normal cu atât mă îndoiesc mai rău de mine.

E o diferenţă între îndoială şi implicare. Implicarea aduce mulţumire de sine.

Şi cum fac eu ca să fiu mulţumită că mă implic în respectarea regulilor? Că de implicat mă implic, numai că nu am nicio plăcere să respect regula. O fac pentru că vreau să obţin ceva, sau că mi-e frică de oprobriul cel mai de jos. Onorarea regulii nu este o plăcere pentru mine…

Ultima propoziţie o zic grav. Sper să înţeleagă şi să-mi propună, cum ar zice domnia sa, o alternativă.

Înseamnă că mai e ceva de lucrat pe acolo, de recadrat vreo emoţie. Poate interdicţiile emoţionale, acel „ai grijă să nu suferi”…

Agentul e de-o închistare rară. Pur şi simplu nu vrea să accepte cum văd eu lucrurile. Îmi forţează sufletul să primească viziunea că am probleme cu emoţiile. Nu sunt de acord. Părinţii mei îmi ziceau să nu sufăr în primul rând ca să mă ajute să renunţ la bâţâială. Vedeau că sufăr enorm când mă luau de la bâţâială. Plus că nu e sănătos să tot împarţi raţiunea de afect. Ele funcţionează în majoritatea timpului ca un tot unitar.

Mă abţin să-i zic că poate să-şi bage interdicţiile

emoţionale în dos, căci nu le găsesc rostul. Sunt politicoasă.

Ştiţi, pe fondul acesta de frică de examen combinat cu frică de psihoză, nu cred că este o idee bună. Este mai mult decât pot duce…

Cum consideri… Eu îţi subliniez că ai disponibilitatea să o faci. S-ar putea să te ajute. Uite putem prelungi chiar şi această şedinţă.

Jung.

— Vă înţeleg perspectiva, dar nu este momentul. Am alte lucruri pe cap. Ca de exemplu frica de visul lui

— E frica de a deveni, aşa cum am mai spus. Şi din această frică e posibil să şi refuzi să lucrezi emoţia.

Uneori ne punem singuri piedici.

Bun. Dacă frica de devenire e aşa enormă, mai făceam eu ce am făcut? Am trecut peste nenumărate blocaje şi am pus mâna să fac. Eu zic că de fapt am înlăturat frica de devenire. Am deconstruit-o. Şi a rămas acolo îndoiala de sine, neîncrederea. Şi am simţiri dureroase cu acel dacă şi cu poate mă îmbolnăvesc şi dau în primire. Pur şi simplu am nevoie de siguranţa de sine.

De aceea îţi sugerez că ar fi bine să lucrăm pe interdicţia afectivă.

Căra apă cu ciurul. Pomelnicul emoţiilor era tot ce ştia. Îi explic cu răbdare că nu e cazul în acel moment şi fac dramă cu examenul practic. Mă încurajează că pot şi voi reuşi. La a rezolva anxietăţi punctuale legate de obiecte concrete se pricepea.

De fapt doar la acest lucru avea competenţă. Pretenţiile de sistematizare şi structurare pe care le avea erau o nălucă. Nu stăpânea gândirea abstractă la nivel macro, mare. Nu avea capacitatea de a lega mai multe lucruri între ele şi a le găsi numitorul comun. De aceea şi făcuse tămbălău că am complex Electra. Pentru că nu avea clar reprezentat modul de operare al unui complex.

Pentru domnia agentului, numitorul comun al

oricărui lucru era emoţia. Din păcate pentru mine şi felul meu de a interpreta lumea, nici pe aceea nu era în stare să îmi dea o argumentaţie clară. Sau măcar să-mi dea mai multe exemple de emoţii, dacă tot voia să mă diversifice emoţional.

Iar eu eram atât de orbită de voinţa de a-mi controla procesul terapeutic întru a-l duce la un final mulţumitor pentru mine, încât îi treceam cu vederea toate incompetenţele.

Sănătos ar fi fost să renunţ la terapie de îndată ce îmi isprăvisem dizertaţia.

Conştientizam acest lucru şi îmi spuneam că voi mai răbda niţel până când într-un fel sau altul voi scoate ceva din tot jocul meu de putere cu terapia. Nu voiam să zic că am pierdut şase ani de pomană.

Investisem timp şi bani în ei. Aşa că trebuia să îmi mai fac o injecţie cu răbdare, să scriu cartea pe limba agentului. Adică să îmi duc planul la bun sfârşit. Să finalizez terapia cu un sens, cu o carte.

Până la sfârşitul acelei şedinţe mă concentrez să iau tot suportul pe care mi-l putea da pentru examenul practic. Îl aveam peste patru zile, pe 16 iunie 2015.

Pic examenul.

Învinovăţesc condiţiile meteo nefavorabile (ploua torenţial), autoturismul, instructorul şi poliţistul care mă examina. Doar în mintea mea.

Mă comport civilizat şi demn în faţa examinatorilor şi instructorului. Iau respingerea ca atare, accept cu calm toate observaţiile, nu comentez.

Seara îmi vărs amarul. Mă întâlnesc cu prietenii, blestem şi ocărăsc cu foc eşecul, poliţia română, vremea, instructorul şi maşina. Mă îmbăt ca ultimul miner care a fost disponibilizat. Îmi vine să dau uitării obţinerea permisului.

A doua zi revin la sentimente mai bune. Îmi zic că am coerenţă între ce spun, fac şi simt.

Ziceam că vreau permisul, aşa că trebuia să fac tot

ce îmi stătea în putere pentru a îl obţine. Să las dracului rahaturile gen îndoială, apatie şi indiferenţă.

Pe 19.06.2015 am iar terapie. E ultima şedinţă înainte de vacanţă. Fac vâlvătaie de ciudă că am picat.

Agentul o dă pe aia cu limita care devine calitate. Apoi că soarta mi-a dat un prilej de exersare a răbdării şi încrederii.

Îi dau dreptate, timp în care îmi zic doar pentru mine că şi prezenţa domniei sale îmi face acelaşi lucru. Dat fiind că îi dispreţuiesc gândirea şi discursul, dar vreau să i le controlez şi prezint prin scrierea unei cărţi.

Aşa că încep să mă plâng de stare de cocon şi iminenta psihoză. Vreau să prind putere ca să scriu iar.

Mă asigură că evoluţia mea din ultima perioadă demonstrează că sunt capabilă să-mi gestionez trăirile fără a deveni prizoniera lor, cum este în cazul psihozei.

E exact ce îmi trebuie. Coconul e găselniţa neserioasă a entităţii terapeutice. Îmi dau seama că pur şi simplu am mai puţină energie pentru că lupt să scriu nişte prescripţii care nu mi se potrivesc, în care nu mă regăsesc. Dar şi că mă lupt să îmi însuşesc regulile şofatului. Care mă enervează, ca orice alt set de reguli.

Îmi zic că dacă mă apucă iar groaza de psihoză atunci când reiau scrierea, atunci o o să apelez la serviciile agentului. Aşa că îi cer permisiunea de-ai contacta domnia pe perioada vacanţei, în cazul vreunei neputinţe extreme. Îşi dă acordul cu dragă inimă. Şi îmi mai subliniază o dată că sunt bine şi pot.

E bine, simt că am un avantaj şi că nu mai am mult până mi se va recunoaşte şi faptul că nu mai am nevoie de terapie pentru că sunt un om integru, stăpân pe sine.

N-am timp de carte pentru că vreau să bat fierul cât e cald cu şofatul.

Mă apuc iar de chestionare, văd că uitasem o parte din reguli. Oricum le învăţasem mecanic.

Schimb instructorul şi maşina. Îmi iau un om mare şi bonom, care e cooperant, cu care mă înţeleg. Îl găsesc pe

internet, căci caut pe forumuri care e cel mai bun instructor din zona 1 Mai - Bucureştii Noi, unde aflasem că e un traseu mai uşor, mai puţin aglomerat, cu mai puţine obstacole.

Omul e chiar şeful unei şcoli de şoferi din acea zonă. Mă surprinde modestia lui şi pofta de muncă. Putea bine-mersi să stea doar să-şi dirijeze angajaţii fără să mai dea şi ore de condus. Are cam 12 ore pe zi de muncă.

Mai şi conduc o maşină nouă. Are doar 12 mii de kilometri. Se simte diferenţa. Autoturismul răspunde întocmai la comenzile mele.

În continuare mă războiesc cu semnele şi regulile de circulaţie. Mă plâng constant că nu sunt în stare să conduc cum trebuie. Instructorul face mişto de mine. Mă şi lasă să conduc cu viteză şi să parchez cum vreau. După care îmi subliniază că trebuie să învăţ să conduc cuminte şi ordonat, ca pentru examen. Mă tensionez.

Mă plâng de năpasta sistemului care este împotriva dorinţei mele de a obţine permisul de conducere. Pot să fac batjocuri şi ocări de faţă cu omul. Mă şi încurajează. Îmi zice că dacă după ce îmi fac mendrele de zmeu, pot să şi dovedesc că ştiu să conduc corect, atunci pot să fac cât circ am nevoie. Dacă trebuie să trec prin circ şi hăhăială ca să ajung la corectitudine, asta e.

Are o viziune sănătoasă. E un psiholog nativ. Nu ca entitatea mea terapeutică care îmi inhibă cu ţâfnă toată impetuozitatea.

Chiar încep să conduc mai bine şi mai relaxat. Pentru că pot să mă şi joc, să fac şi tămbălău şi harababură.

Nu e o atmosferă rigidă şi monotonă.

Realizez că terapia mea a stat mai tot timpul sub semnul acelei atmosfere. Iar eu m-am jucat bolnav să o tot schimb. Şi îmi plăcea să influenţez ţâfna şi acreala persoanei cu care făceam terapie.

Îmi dau seama că mă gândesc cam mult la dinamica terapiei. Deh, am din finalizarea terapiei şi a cărţii un scop existenţial.

E cam grav, un fapt sufletesc tulburător. Aşa că îmi iau o vacanţă de o săptămână. Plec în nordul Franţei la Metz, unde lucra prietena mea chirurg plastician. Mai vizitasem orăşelul de 100.000 de locuitori în februarie. Şi îmi plăcuse enorm calitatea vieţii de acolo. Mâncare bună, relaxare şi evenimente culturale.

Revin cu forţe proaspete. Pe 10 iulie dau iar sala. Iau 25 de puncte de data aceasta.

Pe 13 iulie îmi reiau scrierea. Suport fără probleme jegul la care fusesem expusă în perioada 2010. Îmi dau seama că imitam discursul agentului în reflectările pe care le scriam în agendă.

De aceea mă şi luase frica de psihoză. Percepeam că în perioada respectivă mă făcusem una cu agentul, ceea ce sigur nu era sănătos. Prin urmare reluarea etapei m-ar fi putut decentra de cine eram.

Pe dracu'. O să descriu neutru ce făceam. Pe alocuri chiar elogios. Ca să vadă şi agentul şi toată lumea că mi-am dat toată silinţa şi implicarea, dar că degeaba credeam eu în emoţii neexprimate şi trăire afectivă. Făceam un amalgam şi mai mare cum ar fi spus agentul. Uitându-mă pe toată agenda observ cum voinţa de control era cea care mă mâna orbeşte în a înghiţi prescripţiile de la terapie în timp ce mă revoltam pe ele.

Îmi propun să arăt acest lucru cât se poate de subtil. Îmi iese un rahat sforăitor de genul acesta:

„Pentru a mai îmblânzi spaţiul de manifestare al orgoliului mi s-a vorbit despre construcţia identităţii la copil. Acesta are nevoie de prezenţa părinţilor ca să-şi confirme că el e important. Se raportează la exterior ca să poată fixa, contura, construi, nu are capacitate de introspecţie (treaba aceasta cu introspecţia ţin minte că m-a pus pe gânduri, îmi convenea mie că sunt infantilă, dar consideram că am o bună capacitate de introspecţie), de aceea apelează la exteriorul ocrotitor. La momentul acela aveam nevoie de completarea unor conţinuturi infantile, să retrăiesc momentele de confort afectiv necondiţionat, ca

să pot să-mi asum travaliul individuaţiei (include şi doliul, tristeţea, melancolia). Resemnificarea copilăriei presupune resemnificarea trăirii, alchimizarea ei.

Pornind de la această resemnificare a copilăriei am ajuns la a discuta despre literatura psihologică de tip argumentativ şi creativ, care tratează fiecare caz conform specificului său construind diverse modele ipotetice. Se merge progresiv, din aproape în aproape, prin adăugire, puţin câte puţin.

Chestiunea modelelor ipotetice mă cam „aprinsese", simţeam că impune un set de reguli şi prescripţii ce nu merită decât a fi respinse. Mi s-a spus că privesc regula ca interdicţie în momentul în care nu îmi asum propria formare".

Nu văd gogomănia alambicată pe care o nasc. Ba chiar îmi imaginez că e o fină îmbinare de concepte. Şi că se poate citi printre rânduri nemulţumirea şi joaca mea. Prin faptul că ziceam în paranteză că îmi convenea să fiu infantilă. Nu realizez că am fraze interminabile, greu de urmărit.

Doar cred că acel comentariu despre infantil arată că nu aveam nevoie de resemnificarea copilăriei ci de altceva.

Îmi zic că scrierea mea o să fie o revelaţie. O să-şi dea seama şi agentul şi toată tagma psihologică cam ce metode trebuie folosite în funcţie de personalitatea omului.

Prind un avânt fantastic. Sunt în delir maniacal. Cred că voi naşte o operă de va reforma practica psihanalizei şi psihologiei.

Sunt în grafomanie. De acest lucru cam îmi dau seama. Aşa că mă mai duc pe la mare, să-mi răcoresc patima.

Pe 24 iulie am traseul. Îl pic. Chiar am niţel ghinion. Sunt ultima elevă examinată. Stau în aşteptare de la şapte dimineaţa până la ora 14. E o căldură dogoritoare şi îmi e foame. Aşa că văd un biciclist mai târziu decât e aşteptat. Frânez înainte ca examinatorul să frâneze. Numai că o fac brusc. Reacţia mea e calificată drept neacordare de

prioritate.

Nu comentez căci ştiu că autoritatea agentului rutier nu trebuie contestată.

Mă apuc iar de chestionare. Le fac în paralel cu scrierea la carte. Sunt în mare vrie, chiar sper să o termin cât mai repede.

Pe 10 august dau iar sala. Iau 24 de puncte din 26. Îmi zic că scrierea la carte m-a consumat cam tare. Dau să mă programez cât mai repede la traseu, să scap odată de caznă. Pare că toată lumea vrea să îşi ia carnetul vara. Nu sunt locuri, pot să iau o programare abia la sfârşitul lui august. O iau.

Şi îmi zic că merit o porţie zdravănă de relaxare, sunt prea în tensiune.

Drept urmare plec pe 15 august iar la Metz. Stau două săptămâni. Zbor şi cu balonul, citesc trei cărţi scrise de Jung (Dinamica inconştientului, Viaţa simbolică, Psihologia fenomenelor oculte). Îmi dau seama că trebuie să nu mai iau lucrurile atât de în serios. Sănătos e să am o atitudine mai detaşată în faţa vieţii. Urmărirea unor scopuri nu înseamnă renunţarea la joc şi joacă. Ci doar să le ai în minte în timp ce trăieşti aşa cum îţi place şi speculezi orice oportunitate ce ţi se oferă.

Ştiu că entitatea mea terapeutică nu mi-ar accepta nici în ruptul capului spiritul speculativ.

Jung însă, dacă ar fi trăit, l-ar fi aplaudat cu trei mâini. Pentru simplul fapt că îmi conştientizez spiritul speculativ şi voinţa de putere. Dar şi arhetipul copilului erou. Şi mai fac şi dovada autocriticii şi a auto-controlului.

Revin în Bucureşti cu două zile înainte de 31 august. Dată la care dau iar traseul. Îl iau. Fac o beţie de pomină, un carnaval dionisiac cu ai mei prieteni.

Ar trebui să am terapie chiar în ziua examenului. Numai de monotonie scârbavnică nu am eu chef. Iau permisul şi conduc maşina unui prieten aşa mahmură, chiar în ziua următoare.

Apoi, în două zile, conduc aceiaşi maşină până la

mare. Am pasageri pe mama şi doi amici.

Merg din cartierul meu până în cartierul mamei, apoi autostrada, apoi Constanţa (unde o lăsam pe mama), apoi Olimp, apoi seara înapoi spre Constanţa. Abia pe drumul de seară percep că nu îmi mai pot susţine atenţia şi concentrarea. Las volanul în mâna prietenului.

Înainte să adorm îmi reiau întreaga zi. Pot spune cu mâna pe inimă că eram mulţumită. Avusesem anduranţă şi rezistenţă, îmi dădeam seama că nevolnicia mea era o himeră proastă.

Presupusa cuşcă a interdicţiilor era la fel.

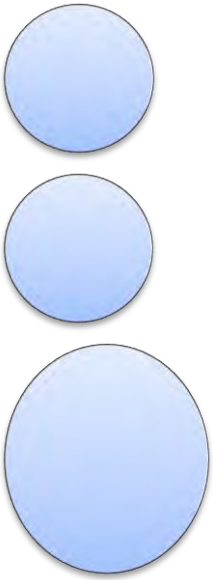
Mama fusese relaxată tot drumul. Mă aşteptam să facă dramă cu frică şi prăpăstioşenie. S-a sesizat abia când depăşisem viteza legală admisă pe autostradă. Ceea ce era sănătos şi firesc. La sfârşit mi-a zis că are încredere în mine că le voi duce pe toate la capăt cu bine, aşa cum făcusem şi cu drumul până la mare.

Percepeam că primisem o grasă confirmare a rezistenţei, atenţiei şi concentrării mele, condusesem bine peste 250 de kilometri.

Îmi dau seama că faptul de a conduce o maşină îmi conferea un sentiment de independenţă, libertate şi siguranţă de sine.

Pe 7 septembrie am şedinţa.

Încep şedinţa cu poftă de a-i arăta agentului câte făcusem eu în vacanţă. Doar – doar să zică ceva de genul „Vio, din punctul meu de vedere nu mai ai nevoie de terapie, termină-ţi cartea şi mai vedem apoi”.



Bat monedă pe reflexivitate. Explic ce mai scrisesem eu în 80 de pagini. Chit că de pe 14 august nu mai făcusem nimic cu cartea. Îi arăt şi o schemă de o făcusem în cinstea domniei sale.

Figura 27. Schemă cu discursul asumării ţinut de entitate în 2011.

Degeaba. Îmi spune că se bucură că pot vedea lucrurile şi dintr-o altă perspectivă şi atât.

Deci izbăvire ioc. Atunci hai să vărs nişte amar. Povestesc de carnet şi drumul la mare. Plâng timpul pierdut că nu o făcusem de mai de mult. Să fi prins încrederea mai de dinainte.

Zic şi de cum însăşi mama se sesizase abia când ajunsesem la 150 km/h pe autostradă. Agentul tresare niţel şi zice „ai grijă Vio”. Pe urmă îmi ţine un discurs despre importanţa bunei măsuri.

Ohoo, grijania mă-tii de om incompetent. Îmi zic eu în capul meu. Sper să-i determin mintea şi sufletul schilod să îşi dea seama de ce gafă făcuse.

Încep să mă vaiet cu foc despre cum mi-aş fi dorit ca mama să îmi fi recunoscut puterea, vigoarea şi rezistenţa de mai de mult. Să nu mă fi cocoloşit cu hiper-

protectivitate şi „ai grijă”.

În van. Ori nu se prinde, ori nu vrea să-şi recunoască scrânteala.

Începe să-mi vorbească de necesitatea de a-mi lucra condiţionările la care fusesem expusă. Nu mai pot să îndur atâta josnicie.

— Şi acel „ai grijă”, pe care mi l-aţi spus mai devreme, înainte de buna măsură, ce a fost?

Face ochii mari. Îşi cere scuze. După care îmi povesteşte de condiţionările de care avusese parte în copilărie domnia sa. Sunt mai rele ca ale mele.

Avusese parte de tot felul de manifestări ale hiperprotectivităţii, de la anticiparea anxioasă a răcelii la îndoiala faţă de abilităţile fizice şi cognitive ale domniei sale.

Suspectam că e aşa de mai demult. Nu o dată auzisem ce vălmăşag făcea cu propria-i mamă la telefon. Ca să nu mai zic că la un moment dat nu-i răspundea odrasla la mesajele de pe telefon şi se tulburase atât de tare încât îmi ceruse permisiunea să încheiem şedinţa.

Uitasem cu desăvârşire acel moment. Chiar mi se făcuse milă de persoana de la terapie.

Acum îmi susţine ipoteza că are probleme mari cu stăpânirea emoţiilor şi nu a trecut peste complexele infantile. Şi de aia îmi vâră mie pe gât creşterea. Nu-i în stare să se detaşeze de propriul ego.

Simt o bucurie răutăcioasă şi îi ascult cu dispreţ povestea. Pe urmă şi îndemnurile la depăşirea limitelor.

Subliniază că dacă domnia sa a reuşit să se detaşeze de acele condiţionări şi şi-a depăşit limitele, atunci pot şi eu.

Ţi le-ai depăşit pe dracu’, monument de incompetenţă ce eşti! Nici eu nu-s mai brează ca tine din moment ce apelez în continuare la serviciile tale şi îţi mai şi elogiez palavrele într-o carte pe care ţi-o dedic. Nici că pot să mă desprind. Pur şi simplu nu pot. Am o nevoie patologică de confirmare din partea limitatului meu agent

terapeutic. Sau vreau să îmi duc jocul până la capăt cu măiestrie şi stil. Să nu fiu eu cea care cedează. Ci domnia terapeutică.

N-am încă încredere în mine să-i confrunt făţiş domnia. Simt că nu pot. Deoarece nu mi-am terminat cartea. Îmi trec toate astea în minte în timp ce aud cum mi se zice cu mare însufleţire că pot să îmi depăşesc limitele.

Obiectiv vorbind, rămâne de văzut dacă voi reuşi sau nu. Îi aprob discursul.

La sfârşit îmi zice că a avut loc un moment de contratransfer.

Mă amuz în sinea mea căci ştiu că doar mi-a mai dat un prilej de dispreţ şi de îndoială faţă de calitatea terapiei mele.

Nu ştiu ce să fac, sunt în impas. Nu mai bine îi pun pe tavă propria-i încâlceală conceptuală şi emoţională? Nu, nu pot să mă înec ca ţiganul la mal. Trebuie să termin cartea şi să-i dau atacul decisiv în stil mare.

Aşa că zic despre cum vreau eu să dobândesc încrederea în mine. Mi se spune că prin stare de prezenţă şi exprimare o voi dobândi.

Aham, exact aşa cum pisica mea poate gândi iar eu am curajul să intru cu buldozerul în bacteriile închistate în creierul entităţii. Nu am.

Doar îmi este clar că dacă vreau încredere atunci îmi trebuie confirmări concrete, materiale, ale putinţei mele sau obiective clare la care vreau să ajung. Adică din alea pragmatice, nu farafastâcuri abstracte sau emoţionale. În capul meu iubirea, sau exprimarea emoţiei nu poate fi un scop. Ele „vine” de la sine. Pe când obţinerea unei case, a unei diplome sau scrierea unei cărţi sunt lucruri clare, obiective.

Sigur, entitatea terapeutică ar zice că ar trebui să o las mai moale cu perseverentul şi workaholicul din mine.

Nu mă interesează, eu vreau încrederea ca să-mi duc perseverentul până la capăt ca pe urmă să mă fac promotor.

În două zile de la acea jalnică şedinţă primesc o proptea către a-mi mai ajusta încrederea.

Un prieten îmi dă maşina lui, un hârb mare şi puternic. E o adevărată provocare să stăpânesc măreţul morman de fiare, pe care a mea verişoară îl alintă Baracuda.

Încep să conduc zilnic. Îmi găsesc drumuri de făcut. O iau şi pe mama de la muncă şi o duc acasă. O dată, de două ori. E liniştită, zice că Baracuda îi dă un sentiment de siguranţă, că e mare şi stabilă.

Numai că a treia oară când o iau de la muncă începe cu cicăleala. Fă aşa şi pe dincolo, ai grijă la semne, pietoni, şi ce alte lucruri mai sunt în drum. Vorbeşte întruna. Anticipează anxios tot soiul de catastrofe în trafic şi se plânge de stilul meu repezit şi neatent de a conduce.

Nu mi se pare corect. Sunt începătoare, orice începător face greşeli, doar nu s-a născut cu covrigul în mână.

Îmi vine s-o înjur şi să o dau jos. Mă stăpânesc. Îmi zic că poate a avut o zi proastă la muncă.

Când parchez maşina în faţa blocului ei îi fac educaţie civică. Îi explic calm că nu se cuvine (era şi „cuvenitul” agentului bun la ceva) să se poarte aşa când stă în dreapta mea. O rog să nu mai intervină cu observaţii şi comentarii faţă de condusul meu, decât dacă este absolut necesar. Adică atunci când sesizează un pericol real pe care consideră că eu nu l-am observat. Altfel îmi distrage atenţia şi se expune atât pe ea cât şi pe mine. Îmi zice că aşa va face.

Mă aştept să îşi continue netulburată cicăleala. Surprinzător, următoarele dăţi când o iau cu maşina de pe undeva, e un pasager agreabil şi calm. Mai că nu-mi vine să cred. O întreb cum de se abţine să nu mă cicălească. Îmi zice că are încredere că voi fi o şoferiţă bună.

Povestesc la terapie la ce nivel de înţelegere ajunsesem eu cu mama. Mi se spune că făcusem dovada unui „act firesc de comunicare”. „Stabilisem limite,

restricţii, aşteptări şi nevoi prin felul meu de a-i solicita mamei ce doream”. În mintea mea obţinusem o confirmare a adaptării mele.

Nu înţeleg de ce paştele măsii nu-mi zice şi că în curând n-o să mai am nevoie de terapie.

O să fac eu în aşa fel încât să simt că nu mai am. O să termin cartea. Astfel voi arăta că am înţeles cei şase ani de terapie. Şi nu doar atât, o să le găsesc sensul pentru sufletul meu.

După ziua mea încep iar să scriu. Cartea devine principalul meu scop existenţial. Îmi pun poftele carnavaleşti în cui.

Mă lupt cu somnolenţa şi lipsa de intensitate pe care le resimt dat fiind că o fac. Am un vid interior cauzat de preamărirea bunei măsuri terne şi nesărate.

Îmi mai dau câte un imbold să rezist introducând câte o aluzie subtilă a competenţei limitate.

În loc să-mi expun dispreţul faţă de entitate îmi torn mie cenuşă şi găleţi cu lături în cap. Îmi fac mea culpa că ani de zile nu înţelesesem darurile primenitoare ale terapiei.

Agentul mă onorează cu două ore de prezenţă în fiecare săptămână. Îi vorbesc numai în propriile-i cuvinte.

Începe să-mi mulţumească explicit pentru implicare şi constanţă.

Mă simt din ce în ce mai secătuită de energie. Mi se spune că am darul stării de cocon şi mi se recomandă obsesiv starea de prezenţă. Cică „n-am cum să dau în primire de la cumpătare şi bun simţ”.

Hibernam ca ursul în bârlogul obidit al terapiei, mormăind de dulce doar în mintea mea. Îmi dau seama că mă aflu în cea mai complexă disociere a mea. Din toate timpurile.

O continui. Nutresc să primesc eliberarea chiar de la prezenţa care mă face să mă disociez. Îmi prezint cu jale îndoiala faţă de propria-mi persoană.

Mai aflu nişte gogoriţe de mai că îmi vine să mă

arunc pe geam. Cică „ani de zile am funcţionat pe dinţii de fierăstrău ai adrenalinei şi depăşirii de limită” şi „sunt la momentul în care am trecut de rupturile comunicaţionale, integrez”.

Realizez că doar mi-am pus adrenalina niţel să hiberneze pentru a-mi duce la bun sfârşit lupta. Şi dacă e să fie ceva defenestrat, atunci cu siguranţă va fi anatomia agentului.

Are scârnă în neuroni. Îi povestesc de polul B al fiinţei mele prezentat în capitolul X. Freud. Mă îmbie la „abandonarea în bondingul afectiv dincolo de control, ca să scap de amalgamul iubire-ură din Electra”.

Eu ştiu ce-i aia intimitate şi că în ea faci fuziune dincolo de cuvinte şi control. Şi mai experimentez constant contopirea cu ceilalţi la nivel social. Te laşi purtat în fluxul relaţiilor umane, le trăieşti. Te faci una cu cei de lângă tine şi simţi explozia emoţională.

Numai că acest lucru nu implică abandonarea propriei identităţi.

De aceea mă şi joc puţin cu noua roabă de gunoi Electra care îmi este aruncată în ogradă. Întreb care sunt soluţiile pentru renunţarea la complex.

Mi se bate toaca experimentării emoţionale. Ca să dovedesc că am înţeles cum stă treaba cu emoţia nu mă las mai prejos. Zic că pot să-mi diversific simţămintele, să experimentez şi să pun în cuvânt senzaţii şi sentimente noi.

Pentru că îmi amintesc de naraţiunea mea cu Vurli, impul care sădea şi culegea emoţii. Dădusem copypaste la toate emoţiile de pe Wikipedia.

Prin urmare le scot iar, le printez. Iată ce am scos.

AFECŢIUNE Affection

FURIE Anger

TEAMĂ, ANGOASĂ, NELINIŞTE, DURERE SUFLETEASCĂ, NERVOZITATE, ÎNGRIJORARE Angst

CHIN, DURERE, TORTURĂ SUFLETEASCĂ, SUFERINŢĂ MORALĂ Anguish

IRITARE, NECAZ, NEPLĂCERE, SUPĂRARE, PACOSTE Annoyance

TEAMĂ, ANGOASĂ, ÎNGRIJORARE Anxiety

APATIE, INDIFERENŢĂ, NEPĂSARE, AMORŢIRE Apathy

EXCITARE, STIMULARE Arousal

EVLAVIE, ÎNFIORARE, SENTIMENT COPLEŞITOR AL PROPRIEI MICIMI, SLAVĂ, SENTIMENT DE RESPECT AMESTECAT CU TEAMĂ ŞI IUBIRE, VENERAŢIE, ADMIRAŢIE, RESPECT, MIRARE, MINUNARE Awe

PLICTISEALĂ, URÂT Boredom

CERTITUDINE, CONFIDENŢĂ, CONVINGERE FERMĂ, ÎNCREDERE, SIGURANŢĂ Confidence

DISPREŢ, INSUBORDONARE, NESUPUNERE, OFENSĂ, SFIDARE Contempt

MULŢUMIRE, SATISFACŢIE, MULŢUMIRE SUFLETEASCĂ Contentment

CURAJ, CUTEZANŢĂ, VITEJIE, BRAVURĂ Courage

CURIOZITATE, DORINŢĂ DE A ŞTI Curiosity

DEPRESIE, APĂSARE, TRISTEŢE Depression

DORINŢĂ, POFTĂ, VRERE, RÂVNĂ Desire

DISPERARE, DEZNĂDEJDE Despair

DECEPŢIE, DEZAMĂGIRE, DEZILUZIE Disappointment

DEZGUST, SCÂRBĂ, SILĂ Disgust

NEÎNCREDERE, BĂNUIALĂ, ÎNDOIALĂ Distrust

FRICĂ, GROAZĂ, TEAMĂ, SPAIMĂ Dread

ADMIRAŢIE, EXALTARE, EXTAZ, TRANSĂ Ecstasy

RUŞINE, STINGHEREALĂ Embarrassment

INVIDIE Envy

EUFORIE Euphoria

EXALTARE, ENTUZIASM Excitement

FRICĂ, GROAZĂ, SPAIMĂ, ÎNGRIJORARE Fear

FRUSTRARE Frustration

RECUNOŞTINŢĂ Gratitude

DURERE, MÂHNIRE, SUPĂRARE Grief

VINOVĂŢIE Guilt

FERICIRE, BUCURIE, JOVIALITATE, VESELIE, SASTISFACŢIE Happiness

DUŞMĂNIE, URĂ, PICĂ, RĂUTATE Hatred

SPERANŢĂ, NĂDEJDE, ÎNCREDERE Hope

GROAZĂ, OROARE, REPUSLIE Horror

OSTILITATE, DUŞMĂNIE, REZISTENŢĂ Hostility

CHIN, DURERE, TRAUMĂ Hurt

ISTERIE Hysteria

INDIFERENŢĂ, NEPĂSARE, PASIVITATE Indifference

INTERES Interest

GELOZIE Jealousy

BUCURIE, FERICIRE, VESELIE, VOIOŞIE Joy

AVERSIUNE, DEZGUST, SCÂRBĂ, SILĂ Loathing

SINGURĂTATE, IZOLARE Loneliness

IUBIRE, DUIOŞIE Love

SENZUALITATE, POFTĂ, RÂVNĂ, CONCUPISCENŢĂ, LIBIDO Lust

INDIGNARE Outrage PANICĂ Panic

PASIUNE, ENTUZIASM Passion

MILĂ, COMPASIUNE, REGRET Pity

PLĂCERE, NUNĂ DISPOZIŢIE, AMUZAMENT, ANTREN Pleasure

MÂNDRIE, ÎNGÂMFARE, TRUFIE, FALĂ, AROGANŢĂ Pride

FURIE, TURBARE, SUPĂRARE CUMPLITĂ Rage

REGRET, CĂINŢĂ, PĂERE DE RĂU Regret ALINARE, DESTINDERE, UŞURARE Relief

REMUŞCARE, CĂINŢĂ, MUSTRARE DE SUFLET Remorse

TRISTEŢE, JALE, MÂHNIRE, MELANCOLIE, MIZERIE Sadness

SATISFACŢIE, MULŢUMIRE Satisfaction

BUCURIE RĂUTĂCIOASĂ, HAZ DE NECAZUL CUIVA Schadenfreude

ÎNCREDERE ÎN SINE Self-confidence

RUŞINE, PUDOARE, OCARĂ, NECINSTE Shame

ŞOC, APOPLEXIE Shock

TIMIDITATE, SFIALĂ Shyness

AMĂRĂCIUNE, DURERE, ÎNTRISTARE, MÂHNIRE, NECAZ, OBIDĂ Sorrow

DURERE, SUFERINŢĂ Suffering

SURPRIZĂ, UIMIRE, MIRARE, SURPRINDERE Surprise

ÎNCREDERE Trust

MINUNARE, SURPRINDERE ŞI ADMIRAŢIE Wonder

ÎNGRIJORARE, NEILINIŞTE, NERVOZITATE, TULBURARE, ANGOASĂ SUPĂRARE Worry

ZEL, INTERES, STĂRUINŢĂ Zeal

ENERGIE, FARMEC, AVÂNT, ÎNSUFLEŢIRE, VOIOCIUNE, FARMEC Zest43

— FERICIRE: împlinire, mulţumire, satisfacţie, mulţumire sufletească, satisfăcut, optimist, bucuros, încântat mulţumit

— TRISTEŢE: a fi la pământ, demoralizare, deprimare, pesimism, învingere, decepţie, letargie, singurătate, mâhnire, necaz, obidă

— FURIE: iritare, resentiment, ofensă, bosumflare, agitaţie, întărâtat la culme, turbare, mânie.

— FRICĂ: tensiune, nervozitate, anxietate, panică, groază, sperietură https://en.wikipedia.org/wiki/Emotion (accesat la 2.08.2016)

— TANDREŢE: intimitate, iubire, căldură, duioşie, înţelegere, solidaritate, bunătate, blândeţe, iertare, delicateţe, dulceaţă

— ENTUZIASM: extaz, dinamism, energie, surescitare, îndrăzneală, vivacitate, vitalitate, vigoare, efervescenţă, însufleţire, vioiciune, vână”.

Observ că nu am dificultăţi în a-mi identifica şi

exprima emoţiile. Agentul îmi indusese o neajutorare în faţa exprimării emoţiei. Mă învăţase să mă cred beteagă emoţional. De aceea nici nu-mi aplaudase cu un an în urmă scrierea cu Vurli. Pentru că îi demonta teoria pe care o avea în privinţa mea.

Încep să vorbesc cu toată lumea despre emoţii şi sentimente. Ca să văd cât de variat şi le exprimă fiecare. O fac şi cu agentul.

Constat că are competenţă limitată şi în exprimarea emoţională. Vorbeşte despre emoţii doar la nivel teoretic, nu e în stare sa de exemple de situaţii care generează anumite emoţii. Pe deasupra suspectez că afectul i-ar fi niţel blocat, din moment ce de ani de zile mi-a insistat să îmi dau voie la afecte, deşi eu făceam caleidoscop cu trăiri pe la fiecare şedinţă – mă amuzam, mă întristam, mă revoltam, mă entuziasmam, mă înciudam, mă bucuram, mă mâhneam, mă încrâncenam.

O să îşi vadă propria-i „stază” afectivă în cartea mea. E noiembrie şi scriu capitolul XI – Experimentarea Cărţii Roşii. Încep să torn emoţii cu nemiluita.

La fel fac şi în capitolul ce urmează, Umberto Eco şi atenţia.

Pe 14 decembrie am moment de mare îndoială faţă de tot ce fac. În loc să dau vina pe nerozia emoţională a agentului dau vina pe familia mea. Mă afund cu totul în simţămintele dureroase ale copilăriei. Le amestec şi cu ce simt faţă de agent. Adică că nu mă susţine deloc în ce fac.

Am tăria să explic pe limba entităţii terapeutice. Fără să zic o iotă despre ce-mi făcea domnia sa. Aşa obţin confirmarea că pot. Îmi dă suflu să trec peste moment.

Vin sărbătorile şi le petrec cu moderaţie. Nu de alta, dar nu-mi permit să-mi iau din timpul alocat realizării scopului cel mare, să-mi închei opera şi terapia.

Îi dau înainte, scriu ca apucata. Numai că la mijlocul lui februarie nu mai suport. Vreau reacţia entităţii la cele 206.025 cuvinte pe care le-am scris.

Argumentez că mă năuceşte alternarea de

perspective, nu mai pot continua în paralel şi cu terapia şi cu scrierea acestei cărţi despre terapie.

Văd o încruntare a acreală şi ţâfnă în timp ce mă întreabă ce soluţie propun pentru impasul meu. Rog cu mare supuşenie să îmi fie citite paginile pe care le voi printa.

Se învoieşte. Numai că insistă că ar fi bine să continuăm şedinţele ca de obicei. Gen că „ce mi-e în minus cu două oare, cât am terapie”. Insist pe năuceală.

Se bate cu pumnul în piept că am capacitate de a le gestiona pe toate. Nu mă las. O ţin pe a mea. Îmi zice că mă revolt pe figura de autoritate a domniei sale şi îmi asum independenţa reactiv.

Sufletul meu ştie că bate calul care trage doar ca să-şi apere iluzia autorităţii.

Vreau să îmi citească ce îi dau. Aşa că mă învoiesc să facem o nouă şedinţă pe 7 martie.

Am speranţa idealistă că lectura va convinge agentul că nu mai am nevoie de terapie. Mă va felicita, îmi va da nişte ponturi şi îmi va spune că abia aşteaptă să termin opera.

Nu se întâmplă niciuna din aşteptările mele.

Începe prin a-mi spune că am dat dovadă de anduranţă. Sunt cu sufletul la gură.

Apoi deschide printul la o pagină unde se afla una dintre scheme făcute în cinstea domniei sale. Îmi spune că „intru pe incidenţă de copy-right”, căci schema nu este completă şi citată corespunzător.

Simt că îmi fuge pământul de sub picioare. E crâncen şi năprasnic. E o interpretare a schemei pe care mi-o desenase chiar domnia sa la prima şedinţă de terapie. Deci tot ce are în vizor este să îşi apere şi promoveze competenţa. Nu are nicio relevanţă că argumentasem în lucrare cum schema îmi fusese de „mare ajutor în atenuarea spectrului dezadaptării mele”.

Am o dezamăgire enormă. N-o arăt. Sunt neclintită în mişcări şi expresii. Întreb fără vreo intonaţie ce alte

comentarii ar mai avea.

Îmi face scrierea de doi bani. Aflu că nu e sintetică, matură, nu e o retrospectivă bună, nu e o carte de specialitate. Şi de aceea e „necesar să fac o retrospectivă matură şi nu o transcriere a procesului meu”.

Notez ce îmi zice chiar pe print.

Îmi menţin intonaţia lipsită de inflexiuni ale vocii. Întreb ce comentarii are faţă de structura lucrării.

Nu are. Zice că o găseşte bine structurată, doar că mă pierd în detalii inutile.

Cică *„e necesar să am exigenţa unei povestiri care să încânte cititorul prin prezentare, fără să îl intoxic pe cititor cu date şi detalii inutile”*.

Notez chiar în agendă şi cred că de fapt vrea ca lucrarea să îmi fie publicată de grăieşte aşa ceva.

Îmi vine inima la loc. Îmi dau seama că mă necăjesc şi întristez de parcă toată viaţa mea atârna de cartea terapiei mele.

Îmi contemplu nebunia. Agentul îmi ia tăcerea drept finalizare a discuţiei despre carte. Mă întreabă „ce lucrăm azi”. Îi zic că cel mai tare mă preocupa scrierea mea. Sunt la capitolul cu Electra. Îmi expun politicos părerile. Aflu convingerea entităţii că am în continuare Electra nerezolvat.

Nu comentez. Va renunţa la acea părere odată ce îmi va citi argumentaţia scrisă.

Aşa că încep să-i laud comentariile pe care le făcuse, că îmi sunt de ajutor în a contura o carte mai bună.

La sfârşit insistă că e bine „să avem ritmul obişnuit al terapiei pentru că există riscul ca eu să pic într-o stare de confuzie”.

Astfel îmi confirmă ce ştiam de ceva vreme. Că vrea să fie o figură de autoritate în faţa mea şi încearcă să-mi menţină dependenţa faţă de terapie.

Nu are nicio şansă. Percep slăbiciunea mai bine ca niciodată. Îi explic calm şi monoton că trebuie să termin cartea.

Insistă. Îmi spune „că îmi asum independenţa reactiv”. Bestial, încă o confirmare a voinţei entităţii de a fi o autoritate pentru mine.

Promit că pe 24 martie voi termina cartea, i-o voi înmâna, „ca să avem un punct clar de la care pornim noua etapă în lucrul nostru”.

E de acord, i-am vorbit pe înţelesul domniei sale.

Se întâmplă exact aşa cum vreau. Termin, dau scrierea, o citeşte. Avem o nouă întrevedere. Nu mai pomeneşte nimic de Electra.

Îmi subliniază capacitatea de analiză şi sinteză. În ultimul capitol îmi argumentasem pulsiunea de a controla. Gingaş şi frumos.

Mă sfătuieşte ca în virtutea unui posibil demers întru publicare să renunţ la abundentele detalii, să îmi „condensez” scrierea.

Simt că am câştigat, mi-a fost şi recunoscută putinţa. Nu înţeleg la ce mai am nevoie de terapie. I-o spun politicos. Insistă să „merg pe mâna domniei sale căci există pericolul confuziei”.

Îmi zic că nu se poate desprinde de mine. Nu vreau să închei demersul conflictual. Hai, treacă de la mine, mai fac două şedinţe. Poate se separă din proprie iniţiativă.

Mănânc „stare de prezenţă” pe pâine. Îmi zice şi de „anticipări şi aşteptări de viitor”. Bag de publicarea cărţii. Intră în spaţiul difuz, o dă „ce fac eu pentru mine? cum fac eu lucrurile mai bine pentru mine?”

Îmi dau seama că nu am ce să mai scot din domnia sa.

Mă apuc să corectez cartea. Mă loveşte absurditatea grafomaniei mele. Fusesem în mare parte un conţopist al agentului. Identitatea mea nu reieşea mai deloc din scriere.

Planul meu cu cartea unu şi cartea doi nu se aplică. Drept urmare renunţ la terapie. Politicos. „Vă sun când termin de rescris cartea, v-o dau şi mai vedem apoi”.

În două săptămâni mă sună agentul. Îmi vorbeşte

despre drepturile de autor. Aha, de aceea îmi menţionase anticipările viitorului. Căci voia să se folosească de mine şi anduranţa mea, ca să-şi vadă numele în librărie.

Nu are tăria să-şi ceară drepturile onest, ca un om mare şi sigur pe el. Nu poate să îmi înfrunte privirea când cere. Dacă voia co-auctoriat putea s-o spună încă de când începusem să scriu cartea, dar probabil că îi era frică că no să-i mai plătesc prezenţa. Ceea ce sigur aş fi făcut.

E confirmarea ultimă a putinţei mele şi a neghiobiei domniei sale.

Chiar am fost ca un copil erou care s-a luptat în mintea lui cu monstrul pe care îl vedea în autoritatea fiinţei cu care făcea terapie. De bunăvoie şi nesilită de nimeni am făcut situaţia aşa.

Bau-baul independenţei reactive şi confuziei e o necinste palidă. Nici măcar de basm de adormit copii nu e bun.

Căpcăunul împreunat cu Talpa Iadului reprezentat de personalitatea agentului-entitate terapeutică e de fapt o vietate fricoasă şi slabă. Nici măcar nu are curajul să mă confrunte faţă în faţă şi să îmi spună direct ce vrea de la mine.

Pentru că domnia nu e de fapt interesată de reuşita mea, îi e comod să îmi ia banii şi să-şi mai hrănească din când în când gulia aceea stearpă cu ale mele comentarii.

A încercat indirect să mă controleze în a nu mă desprinde de a sa domnie. Slab caracter, urât suflet!

Îmi e clar. M-am războit cu un adversar imaginar. Mi-am făcut un complicat scenariu pe degeaba. Tot controlul e la mine. Dintotdeauna.

Fapt revoltător pentru entitate. Şi benefic pentru mine. În capitolul următor explic de ce.

Capitolul XXI – Smochinul şi ouăle de aur.

Voinţa mea de a controla a fost cea care m-a mânat să fac şase ani şi jumătate de terapie. Am considerat

încheiat demersul odată ce mi-am identificat pulsiunea de a controla.

S-a întâmplat la sfârşitul lui ianuarie 2016, când am făcut un desen cot la cot cu entitatea. Nu l-am luat în seamă. Mă orbea febra mea de a scrie cartea.

Iar el, sărmanul, rezuma într-o imagine esenţa fiinţei mele şi rolul terapiei în viaţa mea.

Scriam la capitolul XIV Să fac, să umplu polobocul şi mă luase iar îndoiala cea mare. Descriam cum îmi finalizasem dizertaţia şi prinsesem mare avânt.

Nu aveam cum să nu mă gândesc că utilitatea terapiei în viaţa mea devenise nulă. Mai ales că mai mult îmi punea beţe în roate decât mă stimula. Entitatea îmi zicea s-o iau pe îndelete când tot ceea ce căutam eu era avântul vânjos.

Ăla nemăsurat care mă făcuse să renunţ la bâţâială şi apoi să vreau să am polobocul plin. Inclusiv imaginaţia activă prin care îmi accesasem inconştientul în stil jungian pornise de la un avânt fantastic.

Ţâfnoasa entitate mi-l făcuse de doi bani pe finlandez. Iar omul acela a contribuit bine şi temeinic la avântul meu de a scrie şi a mă trudi să obţin casa. Avea încredere în forţa mea şi îmi mai dădea câte un indiciu despre cum o pot stăpâni mai bine.

Totuşi, continuasem întrevederile cu entitatea. Terapia nu mă sprijinea în a fi mulţumită de mine şi încrâncenarea, patima mea. Mă făcea să mă îndoiesc de ele. În loc să-mi dea informaţii şi suport întru a le stăpâni bine şi cu folos.

Constatam explicit că eram dependentă de domnia entităţii şi nu-mi permiteam să relev acest lucru în scriere, căci voiam să-mi duc la bun sfârşit planul fantezist cu cartea unu, prin care să obţin o aplaudată şi răsunătoare izbândă.

Lauda pe care o băgam forţat în scriere mă făcea să mă îndoiesc de mine în ultimul hal. Pentru că îmi reprimam pulsiunea de a da cu entitatea de pământ pentru

toată necinstea pe care mi-o făcuse.

Simţeam că nu mai pot, explodez.

Abordez îndoiala de sine la terapie. Desigur că o fac în limba de lemn a agentului. Mă plâng de starea de cocon. După care zic că n-am fost învăţată să-mi exprim intensitatea aşa cum trebuie în copilărie. Adică nu am fost obişnuită să trăiesc jocul aşa cum se cuvine, în logica bunului simţ şi a bunei măsuri. Tot ce ştiu că-mi place este intensitatea şi abuzul. Câteodată şi contemplarea. Dar şi de dânsa îmi place tot pentru că mă duce în intensitate.

Cine poate spune că sublimul, sentiment contemplativ, nu este răscolitor şi intens?

Evident că agentul îşi începe îndemnurile prăfuite cu starea de prezenţă care poate duce la recadrarea copilăriei.

Îi explic cu patos cum după şase ani şi un pic de stare de prezenţă şi recadrare, tot nu ajunsesem la ceva stabil şi mulţumitor.

Îi dă cu răbdarea şi asumarea.

Îi argumentez cu calm cum, deşi dau dovadă de răbdare şi asumare de mai bine de un an, tot nu mă simt bine.

— Da, ştiu, sunt în cocon, sufletul meu se acomodează cu buna măsură. Îmi vine să fac ceva pe starea de cocon. E searbădă şi rahitică. Mă simt de parcă aş lua sedative cu pumnul. Poate sunt în depresie…

— Îţi garantez că nu e nicio depresie.

— Da, zvâcul stă acolo la pândă, gata-gata să atace. Numai că îl reprim eu, ca să fiu cum se cuvine. Să termin cu scrierea, să o fac şi bine. Dar mai am şi eu nevoie de intensitate. Şi în afară de a face carnaval nu ştiu altceva. Nu ştiu ce să mă mai fac… Cum dracu’ mă fac eu om cumpătat pe de-a întregul? Şi să îmi şi placă.

— Din aproape în aproape se ajunge la ajustare.

— Ce aproape cu aproape?! Ştiţi cum sunt eu. Ia amintiţi-vă ce moment catartic am avut în decembrie. Am simţit că pot! Vreau ceva ca ăla! Atunci mi-am recadrat

putinţa de a face lucruri bune. Ei bine, mai am nevoie să bag bună măsură şi la joacă.

— Ce îţi lipsea la nivelul jocului din copilărie?

— De parcă nu v-am spus de 100 de ori! Copiii înşişi…

Oftează. Nu mă uit la luminata domnie. Taman ce mi-a dat motiv să-mi exprim iar cu foc năduful. Drept urmare continui cu hotărâre şi amărăciune. Tot în limba aia de lemn.

— Când am făcut şedinţa de l-am recadrat pe „pot” am pornit tot de la nemulţumirea mea cu starea de cocon. Am vorbit de logica totul sau nimic care pornea de la bunica mea. Adică intensitate sau lipsa ei. Bunica a pus bazele simţului moral. Că îmi vorbea de discernământ, demnitate şi respect de la o vârstă fragedă. Tot ea a şi contribuit la jocurile mele psihologice. Nu prea mă lăsa să ies în spatele blocului şi să mă joc cu alţi copii. Aşa că eu nu prea ştiam să mă joc cum se cuvine cu ceilalţi copii, să mă implic adecvat în dinamica de grup. Stăteam pe margine şi vânam greşeli pentru ca apoi să captez toată atenţia asupra mea prin discursul meu despre inadecvările lor. Sau făceam crize, sau mă implicam doar ca să obţin ceva. Nu prea experimentasem în copilărie starea de a mă juca cu egalii mei, cu cei de vârsta mea, bucuria jocului de dragul jocului. Nu prea am avut ocazia să mă las în voia jocului ăluia normal. Înţelegeţi?

— Ai o conştiinţă a jocurilor psihologice, ai integrat toxicitatea lor.

— La ce bun? Cum aţi spune dumneavoastră… Lipsa deprinderii de a mă juca cu ceilalţi în copilărie contribuie la faptul că eu nu sunt împăcată afectiv cu logica bunului simţ.

Agentul plimbă ochii câteva secunde. După care mă invită să ne jucăm. Adică să desenăm ceva împreună. Oh, interesant, hai s-o văd şi p-asta! Îmi intru în rolul de copil. Nu că n-aş fi fost aşa mereu pentru entitate.

Mă adresam cu dumneavoastră iar domnia sa îmi

recomandase obsesiv să cresc. De când scriam la carte se potolise cu creşterea. Insista cu integrarea.

Scot creioanele colorate şi nişte coli. Aduc şi o ascuţitoare. Pac! Entitatea înşfacă ascuţitoarea şi îi bagă mare. Nu mă las mai prejos. Creioanele sunt vechi, rămase chiar din copilărie mea şi minele lor sunt relativ casante. Stau faţă în faţă cu entitatea.

În vreo 20 de minute prinde contur acest desen:

Figura 28. Imaginea finală a mea şi a terapiei mele.

Am început să desenez piciorul din stânga al animăluţului din stânga figurii.

Adică am desenat o linie şerpuită cu un creion roşu, după care am dublat-o de una verde. Arăta ca un şarpe.

Nu voiam un şarpe.

Aşa că am continuat desenând acel animăluţ. Se bagă şi domnia agentului. L-a colorat puţin pe interior şi i-a făcut capul.

Nu-mi place animalul. Vreau un hominid. Desenez figura feminină, timp în care entitatea desenează soarele.

Interesant. Poate îmi redă chiar propria-mi viziune făcută după Jung. Mă opresc puţin să văd ce face cu soarele ăla.

Îl lasă în pace. Începe să coloreze bluza figurii feminine. Îi pun şi eu un şorţ şi o basma.

Entitatea îi face mărgele. Eu desenez casa din spate. Se bagă şi entitatea peste mine. O las să facă uşa frumoasă. Pune şi perdele la geamuri. Fac şi eu treptele şi pisica. Apoi desenez fântâna, cu tot cu căldare şi cană. Vine entitatea şi-i face cumpăna.

Mă apuc de făcut cuibarul. Desenez cuibul cu ouă din dreapta jos. Entitatea desenează cuibul din mijloc, apoi colorează acoperişul cuibarului.

Încep să fac o găină. Hop şi entitatea lasă baltă acoperişul. Îi fac loc. Mă duc să fac găini în dreapta.

Entitatea îmi împopoţonează găina deja făcută şi mai desenează una.

Scriu la găinile mele un cot-cot-codac pentru amuzament. Apoi desenez unchiaşul de îi dă bineţe Ţaţei Maria proaspăt desenate. Timp în care entitatea face pomişorul şi tingirea cu grăunţe pentru orătănii.

Mă opresc puţin să contemplu desenul. Îmi amintesc de gospodăria bunicului unui prieten. Mai mergeam pe acolo ca să-l ajutăm pe bătrân. În faţa casei erau nişte smochini.

Da, e clar. Pomişorul este un smochin. Scriu asta pe desen. Îmi pică ochii pe ouă. Da, sunt galbene. De ce n-ar fi ouăle de aur? Scriu pe desen că ouăle din mijlocul cuibarului sunt ouăle de aur.

După care încep să desenez coşul cu ouă din mâna ţaţei maria. Se bagă şi entitatea. O las să contureze acolo mai bine coşul şi ouăle. Oricum pare a avea mai mult talent la desen decât am eu.

Mă opresc. Îmi pare că nu mai am ce adăuga. La puţină vreme se opreşte şi entitatea.

— Gata am isprăvit, am desenat-o pe Ţaţa Maria în zori. Ia să scriu pe spate. Şi asta fac.

— E un desen frumos. Mi-a plăcut să ne jucăm. Dă să bată Cuba cu mine.

Oricum percep că se forţează să zică asta. N-are inflexiunea aia a bucuriei incontrolabile. N-are cum să mă păcălească, dar apreciez că îşi dă silinţa în a mă ajuta să resimt intensitatea jocului.

Îmi plăcuse să o fac, totuşi nu m-a dat pe spate.

După ce zice de bucuria jocului, îmi ia foaia şi scrie pe spate, sub „Ţaţa Maria în zori”. Scrie mult – „E foarte frumos şi mi-a plăcut să mă joc. Un joc de copii, Bucuria de a mă juca cum de mult nu m-am mai jucat”.

„Super” îmi zic eu în capul meu. Şi mie mi-a plăcut însă n-a fost ceva intens cum îmi place mie.

egal.

Îi mulţumesc. Dau să bat şi eu Cuba cu domnia sa. Ca să fie raportul echilibrat, că doar eram de la egal la

Nu-mi trece prin cap că venise momentul să renunţ la dumneavoastră.

Mă uit pe desen. Se uită şi agentul. Îmi zice că e „dăruit că am pus acolo două simboluri arhetipale, smochinul şi ouăle de aur”. Şi că putem lucra consistent pe semnificaţia lor.

Le caut pe google. Găsesc ceva de smochinul blestemat de Hristos că nu rodea. De gâsca de aur a fraţilor Grimm, pe care oricum o citisem. Păreau a fi nişte simboluri destul de alambicate.

Entitatea zice că ar fi multe ore de lucrat pe simbol. Mă uit la ceas. Văd că nu mai e mult din şedinţă.

— Bun am acolo ouăle şi smochinul, să zicem că mă invită la diferenţiere, la bună cuviinţă. Dar nu-s doar ele acolo.

— Evident. Mai eşti şi tu acolo. Cine altcineva să fie figura centrală a desenului?

— Da, tare! Sunt pusă pe treabă, e dimineaţa în zori, am strâns ouăle de aur şi mi se dă bineţe. Clar am integrat ideea de a face lucrurile cu rost. Dumneavoastră mi-aţi pus şi mărgele. Adică am învăţat să văd şi feminitatea şi

gingăşia…

Mai uite-te acolo în desen.

Am şi fântână. Tot dumneavoastră mi-aţi spus că apa e simbol al vieţii. Adică na, e rolul terapiei să învăţ să scot apa din fântână. Am pus acolo şi o cană, semn că ştiu să o şi beau.

Tu observi că figura centrală nu este echilibrată?

Păi de ce?

Partea de jos a corpului este mai mică decât partea de sus. Semn că imaginea de sine este încă deformată.

Înghit în sec. Nu se lasă, vrea să mă facă de nimic. Nu-i nimic, eu duc multe. Mă pot stăpâni să nu-i dau un pumn în stomac pentru că îmi sabotează încrederea în mine.

Pornisem să facem desenul în ideea ca eu să-mi recadrez copilăria nevolnică. Pare că entitatea se canoneşte să-mi arate că sunt beteagă în continuare.

Aşa ziceţi? Poate că partea de sus e mai mare pentru că acum îmi folosesc cu precădere partea de sus. Adică stau 7 – 8 ore pe zi şi scriu. Ce fac eu când scriu? Folosesc capul şi mâinile. Care sunt în partea de sus a corpului. Că doar n-oi scrie cu picioarele…

Râde. Şi-mi zice una de mă face să-mi dau seama de sensul terapiei.

Vio, râdem noi aici. Dar mai e ceva în figură la care ar fi necesar să te gândeşti. Uite policele, degetele mari, sunt cu mult mai mari ca restul mâinii.

Păi şi ce are? E semn că am mâna mare, numa bună de muncă…

Policele mai mari ca restul mânii sunt un semn al voinţei nemăsurate de control.

Ai, ai, ai! Excelent. Îmi zic doar către mine, evident. Simt un mare zvâc în stomac. Dar şi o împlinire. Tocmai îmi arătase că mă desenasem cât se poate de bine. Am o mică fugă de idei. Revăd multe momente în care familia îmi spunea ori că vreau să controlez pe toată lumea, ori că trebuie să mă controlez pe mine şi să fac lucruri bune. I-o

zic aşa politicos şi slugarnic.

Ştiţi, dacă nu era voinţa asta a mea de control nu mai făceam nimic cu mine. Dorinţa de a mă controla pe mine m-a făcut să mă las de bâţâială şi să fac în cele din urmă ce se cuvine. Da, poate am fost compulsivă în voinţa mea, mi-am învins controlul prost tot prin control. Dar am reuşit.

Imaginea de sine este deformată datorită controlului compulsiv.

Dacă nu era dorinţa mea puternică de a controla, cum aş fi ajuns eu să mă controlez şi ajustez?

Agentul rămâne fără de cuvinte câteva momente. După care îmi subliniază că am reuşit să fac o sumedenie de lucruri bune cu mine, că am crescut, m-am maturizat. Vrea să mă distragă de la control.

La sfârşit îmi şi subliniază că am intrat într-o altă etapă a terapiei, cea de la egal la egal.

Nu cred. Eu încă folosesc pronumele de politeţe iar domnia sa îmi zice că am crescut. E o iluzie mârşavă. Dar jocul chiar mă făcuse să prind încredere în mine. Îmi fusese explicit recunoscută voinţa de a controla.

Şi desenul îl condusesem eu. Deci şi acţiunea şi cuvântul coincideau. Ce nevoie mai aveam eu de terapie?

Mmm, probabil să duc controlul şi mai departe în faţa entităţii.

Aveam pe cap sărăcia de carte pe care voiam să o termin. Ca la final chiar să ajung la o relaţie de la egal la egal cu entitatea terapeutică. Şi să mă lase în drumul meu. Ori să i se alipească după cum îi spun eu.

Scriu ca apucata. Mai am o şedinţă de terapie. Uit de desen. Eram la etapa în care ziceam de noua agendă şi psihologia de profunzime, lucru ce m-a dărâmat. Din nou realizam că terapia fusese mai mult o băşină pompoasă. Mă plâng de cocon şi nevolnicie toată şedinţa.

Nu scap de ideea că a mea scriere este inutilă. Aşa că la următoarea şedinţă pun piciorul în prag. Chiar îmi pun controlul la înaintare şi cer stoparea terapiei o vreme. Conving şi agentul să îmi citească tot ce scrisesem.

Citeşte. Comentariile pe care mi le face mă fac să-mi dau seama că mă pot stăpâni dincolo de orice orgoliu.

Nu doar atunci, că îmi făcea scrierea ferfeniţă şi se concentra doar pe serenisima-i domnie. O făcusem pe toată durata terapiei.

Dacă am reuşit să mă controlez ani de zile în a nu insulta şi agresa entitatea, atunci am stăpânire de sine. Bun. Hai s-o pun la treabă să termin. Ajung la partea cu smochinul şi o prezint slugarnic:

„Care va să zică atestasem la nivel grafic şi simbolic necesitatea rostuirii resurselor mele – vitalitate (smochinul anunţă venirea verii), dinamism (smochinul rodeşte mlădiţă peste mlădiţă), rezistenţă (smochinul e rezistent), capacitate analitică (oul de aur este oul cunoaşterii).

Mai era ceva, felul în care o desenasem pe Ţaţa Maria, care era o proiecţie a propriei mele imagini de sine. Figura avea degetele mari, policele neobişnuit de dezvoltate în raport cu celelalte degete. Acest lucru atesta însăşi pulsiunea mea de a controla. Această pulsiune duce la o imagine de sine deformată, partea de jos a corpului figurii este mai mică în raport cu partea de sus, semn că sunt supra-licitate agresivitatea, dinamica şi spiritul raţional. Da, toată viaţa mea le licitasem pe acelea. Însă graţie terapiei am ajuns să le pot utiliza cu rost. Acum na, cu toată terapia din lume un om nu se poate modifica structural”.

Agentul nu mai comentează că am lucruri de rezolvat cu mine după ce citeşte şi ultimele capitole. Mă îmbie la condensare întru publicare.

Tot insistă să facem terapie, că-i „risc de confuzie”.

Da, era confuzia dată de tulburarea afectivă şi închistarea domniei sale. Nu îşi putea stăpâni ataşamentul de client şi pofta de a se realiza prin munca mea.

Deh, şi eu contribuisem, imitându-i stilul în scrierea mea. Îmi vine să râd.

Reiau scrierea şi mă apucă plânsul. Planul cu cartea unu pică din start. Reda mărginirea şi sminteala fără de

critică. În timp ce arătam foarte subtil că de fapt nu-mi plăcea ameţeala plictisitoare şi bombastică.

Amân terapia pe termen nedeterminat. Pac! Pe nepusă masă, parşiv şi la telefon mi se înaintează ideea coauctoriatului agentului.

Îmi stăpânesc emoţiile şi nu-i iau tot neamul la înjurat şi terapia-i de rahat la criticat. Îi zic doar că nu mi-a dat bon fiscal pentru banii pe care i-am plătit şedinţă de şedinţă.

La un moment al discuţiei la telefon mi se adresează cu Dumneavoastră, vorbeşte de jignire şi dezamăgire.

Prezintă incoerenţă.

Fantastic. Am făcut terapie cu un om mai bolnav ca mine!

Mă detaşez. Îmi dau seama că am primit exact ce doream, recunoaştere şi dovada competenţei limitate.

M-am scuturat de trei ori ca o mârţoagă care a mâncat jăratecul realităţii. Şi s-a transformat în bidiviul vânos şi hotărât.

Dacă am putut să îmi stăpânesc emoţiile şi ataşamentul faţă de persoana de la terapie atunci am tărie de caracter.

Indirect a contribuit chiar entitatea terapeutică la formarea ei.

Mi-a dat în mare parte motive să-mi sporesc cunoaşterea şi controlul. Fără să vrea. Cum a făcut-o şi desenând pomişorul acela în desen.

L-am văzut ca smochin.

Buddha a atins iluminarea sub copacul Bodhi, un bătrân smochin sfânt (Ficus religiosa) 45.

Aşa mi-am zis că agentul îmi recunoaşte înţelepciunea dobândită în urma luptei cu mine însămi şi a războiului cu munca domniei sale.

Smochinul e un arbust puţin pretenţios care creşte lent. Eu am crescut lent. Fizic, nu am avut vreun puseu de creştere şi am intrat la pubertate târziu, la 14 ani. Atunci

mi-a venit ciclul.

Dar şi cognitiv şi afectiv. Am acceptat îndemnurile către creştere ale entităţii chiar şi după vârsta de treizeci de ani. Şi m-am luptat să-i scriu o carte ca să dovedesc că am crescut.

Există parabola smochinului neroditor dar şi parabola smochinului care frăgezeşte".

Văd smochinul meu ca pe un pomişor ce intră în vară, face mlădiţe peste mlădiţe, apoi dă roade. M-am lăsat de bâţâială, am intrat în vară. Am făcut mlădiţe, adică am tot citit ca să mă cunosc mai bine. Am început să dau roade – dizertaţia, casă, cartea.

E de bun augur să ai un smochin.

Romanii chiar aveau un semn, „mano fico" sau semnul smochinei, un gest magic care proteja de rele.

Acelaşi gest era obscen pentru creştinătatea timpurie47.

Aşa cum pofta mea de control şi critica pe care o aduceam dogmei creştine erau percepute de entitate ca fiind obscene, nelalocul lor.

Smochinul chiar e o invitaţie la înţelepciunea de a vedea o chestiune din mai multe unghiuri. Entitatea mi-a desenat şi ouăle de aur.

Există mai multe poveşti despre gâsca care făcea ouă de aur48. Toate pornesc de la o fabulă a lui Esop. O familie de ţărani s-a pricopsit cu o pasăre de făcea în fiecare zi câte un ou de aur. O omoară pentru a lua tot aurul din ea. Credeau că are ascunsă în interior o mare bucată de aur. Evident rămân şi fără gâscă şi fără ouă.

Sunt motivaţi de lăcomie şi acţionează neprofitabil.

45 https://ro.wikipedia.org/wiki/Smochin (accesat la 4.08.2016)

46 https://ro.wikipedia.org/wiki/Parabola smochinului care fr%C4%83 geze%C8%99 te (accesat la 4.08.2016)

— Https://en.wikipedia.org/wiki/Fig_sign (accesat la 4.08.2016)

— Https://en.wikipedia.org/wiki/The Goose That Laid the Golden Eggs (accesat la 4.08.2016)

Şi eu am acţionat neprofitabil, scriind o carte, din lăcomia de a-mi lua toată confirmarea de la entitate. Iar agentul s-a hapsânit la co-auctoriat, fapt ce m-a determinat să retez orice comunicare cu domnia sa.

Oul de aur mai poate avea o semnificaţie. Brahma, zeul hindus al creaţiei s-a născut dintr-un ou de aur49. Se zice şi că Brahma iese din interacţiunea a doua forţe ale universului, una centripetă şi alta centrifugă50.

Cartea aceasta s-a născut din forţa mea de a fi diferită, de a reuşi să mă depărtez de centrul liniei obişnuite de mişcare. Forţa centrifugă e forţa datorită căreia un corp aflat în mişcare de rotaţie tinde să se depărteze de centrul liniei sale de mişcare.

Forţa mea a interacţionat cu forţa entităţii, care voia să mă bage în normalitatea banală. Eventual şi să fiu dependentă de a sa domnie pentru eternitate. Forţa centripetă menţine un corp rotitor pe traiectoria circulară.

M-am învârtit ani buni în hora cu agentul jucând cam aceleaşi concepte şi idei. Însăşi entitatea îmi zicea că terapia are forma unei spirale. Spirala e centripetă.

Însă voinţa mea de putere şi control a învins.

Nu degeaba stăteam eu acolo în desen cu degetele mele mari între smochin şi ouăle de aur.

Policele supradimensionate pot fi văzute şi ca un „thumb's up", degetele mari ridicate în sus. Când îţi ridici degetul mare în sus arăţi că lucrurile merg cum trebuie, e bine, e ok, e „bravo".

De aia butonul „Like" de la Facebook are un deget mare îndreptat în sus.

Degetul mare (gros), policele, simbolizează forţa de dominare, energia, voinţa (Codoban, 2014, p 55)

Printre lucrurile pe care eu le valorizez cel mai mult de la viaţă. Centrifuga care mă mână înainte să mă extind, să acumulez.

Forţa centripetă a terapiei m-a îmbuibat cu necesitatea iubirii, a exprimării emoţiei şi a empatiei. Le-am băgat în centrifuga mea, am înţeles rolul pe care îl au în cazul meu.

De aia coşul cu ouă e la mine în mână. Iar entitatea l-a colorat frumos.

Eu trăiesc pentru acţiune dar am nevoie de iubire, emoţie şi empatie pentru a o desfăşura potrivit şi necesar.

Adică în conformitate cu voinţa de putere şi control.

Când vrei control mai trebuie să te şi abandonezi emoţiilor şi celor din jurul tău. Când o faci nu îţi uiţi natura şi scopurile.

Terapia mi-a dat motive să mi le văd pe ale mele. Adică spiritul speculativ de vulpe, năravurile de lup şi dorinţa de a avea cât mai mult şi mai mai bine posibil.

Influenţa indirectă a entităţii m-a ajutat să îmi conştientizez şi aşez piesele puzzle-ului meu personal. Să-mi strunesc pragmatic controlul şi revolta. Aceasta este ordinea firească.

— Https://en.wikipedia.org/wiki/Hiranyagarbha (accesat la 4.08.2016)

— Https://ro.wikipedia.org/wiki/Brahma (accesat la 4.08.2016)

Bibliografie / lucrări citate:

Belu-Frangulea, E. (1993) Mic tratat de prietenie. Bucureşti: Editura Pandora.

Coman, M. (2008). *Introducere în antropologia culturală. Mitul şi ritul*. Iaşi: Polirom.

Codoban. A. (2014). *Gesturi, Vorbe şi Minciuni. Mic tratat de semiotică extinsă şi aplicată*. Cluj-Napoca: Eikon.

Eco, U. (2005). *Istoria frumuseţii*. Bucureşti: Enciclopedia Rao.

Eco. U. (2007). *Istoria urâtului*. Bucureşti: Enciclopedia Rao.

Eliade. M. (1993 a). *Arta de a muri*. Iaşi: Editura Moldova.

Eliade. M. (2008). *Meşterul Manole. Studii de etnologie şi mitologie*. Cluj-Napoca: Eikon.

Eliade, M. (1993 b). *Yoga – nemurire şi libertate*. Bucureşti: Humanitas.

Freud, S. (1980). *Introducere în psihanaliză. Prelegeri de psihanaliză. Psihopatologia vieţii cotidiene*. Bucureşti: Editura didactică şi pedagogică.

Freud, S. (1994). *Psihanaliză şi sexualitate*. Bucureşti: Editura Ştiinţifică

Freud, S. (2010 a). *Opere esenţiale. Vol 3. Psihologia Inconştientului*. Bucureşti: Editura Trei

Freud, S. (2010 b). *Opere esenţiale. Vol 9. Studii despre societate şi religie*. Bucureşti: Editura Trei.

Freud, S. (2010 c). *Opere esenţiale. Vol 2. Interpretarea viselor*. Bucureşti: Editura Trei.

Freud, S. (2010 d). *Opere esenţiale. Vol 6. Inhibiţie, Simptom, Angoasă*. Bucureşti: Editura Trei.

Freud, S. (2010 e). *Opere esenţiale. Vol 11. Tehnica Psihanalizei*. Bucureşti: Editura Trei.

Holdevici, I. (2011). *Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală*. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C.G. (2003). *Opere Complete. Vol. 1.*

Arhetipurile şi inconştientul colectiv. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C.G. (2004). *Opere Complete*. *Vol. 6. Tipuri Psihologice*. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C.G. (2005). *Opere complete*. *Vol. 9. Aion. Contribuţii la simbolistica sinelui*. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C.G. (2006). *Opere Complete*. *Vol. 17. Dezvoltarea personalităţii*. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C. G (2007 a). *Opere Complete*. *Vol. 7. Două scrieri despre psihologia analitică*. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C.G. (2007 b). *Opere Complete*. *Vol 15*. *Despre fenomenul spiritului în artă şi ştiinţă*. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C.G. (2009). *The Red Book*. *Liber Novus*. S. Shamdasani (Ed.) New York: W.W. Norton & Company (Philemon Series – A publication in arrangement with the Foundation of the Works of C.G. Jung Zürich)

Jung, C.G. (2010). *Amintiri, vise, reflecţii*. A. Jaffe (Ed.). Bucureşti: Humanitas.

Jung, C.G. (2011). *Cartea Roşie*. Bucureşti: Editura Trei.

Jung, C.G. (2014). *Viaţa simbolică*. Bucureşti: Editura Trei.

Hamsun, K. (1983). *Ultimul Capitol*. Bucureşti: Editura Univers.

Nørretranders, T. (2009). *Iluzia Utilizatorului*. Bucureşti: Publica.

Ribot, T. (2010). *Logica Sentimentelor*. Bucureşti: Univers Enciclopedic Gold.

Rousseau, J.J. (1969 a). *Confesiuni*. Vol 1. Bucureşti: Editura pentru Literatură.

Rousseau, J.J. (1969 b). *Confesiuni*. Vol 3. Bucureşti: Editura pentru Literatură.

Wilde, O. (2008). *Portretul lui Dorian Gray*. Bucureşti: Editura Univers.